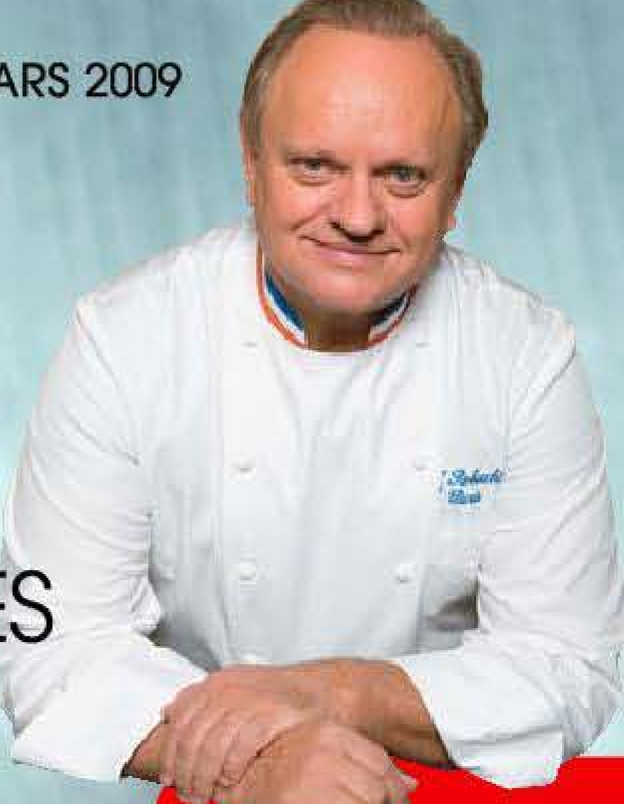
Cuisinez comme un Chef

N°13
FÉVRIER / MARS 2009



LES RECETTES LÉGÈRES DE **JOËL ROBUCHON**

ŒUF COCOTTE AU GORGONZOLA

Nos recettes de chefs

- Olivier Bardoux
- Patrick Gauthier
- Marc Meurin
- Marc Veyrat
- Antoine Westermann

étape par étape...

RACLETTE, FONDUE, **LE GOÛT DES MONTAGNES**

LES SECRETS D'UNE FORME OLYMPIQUE

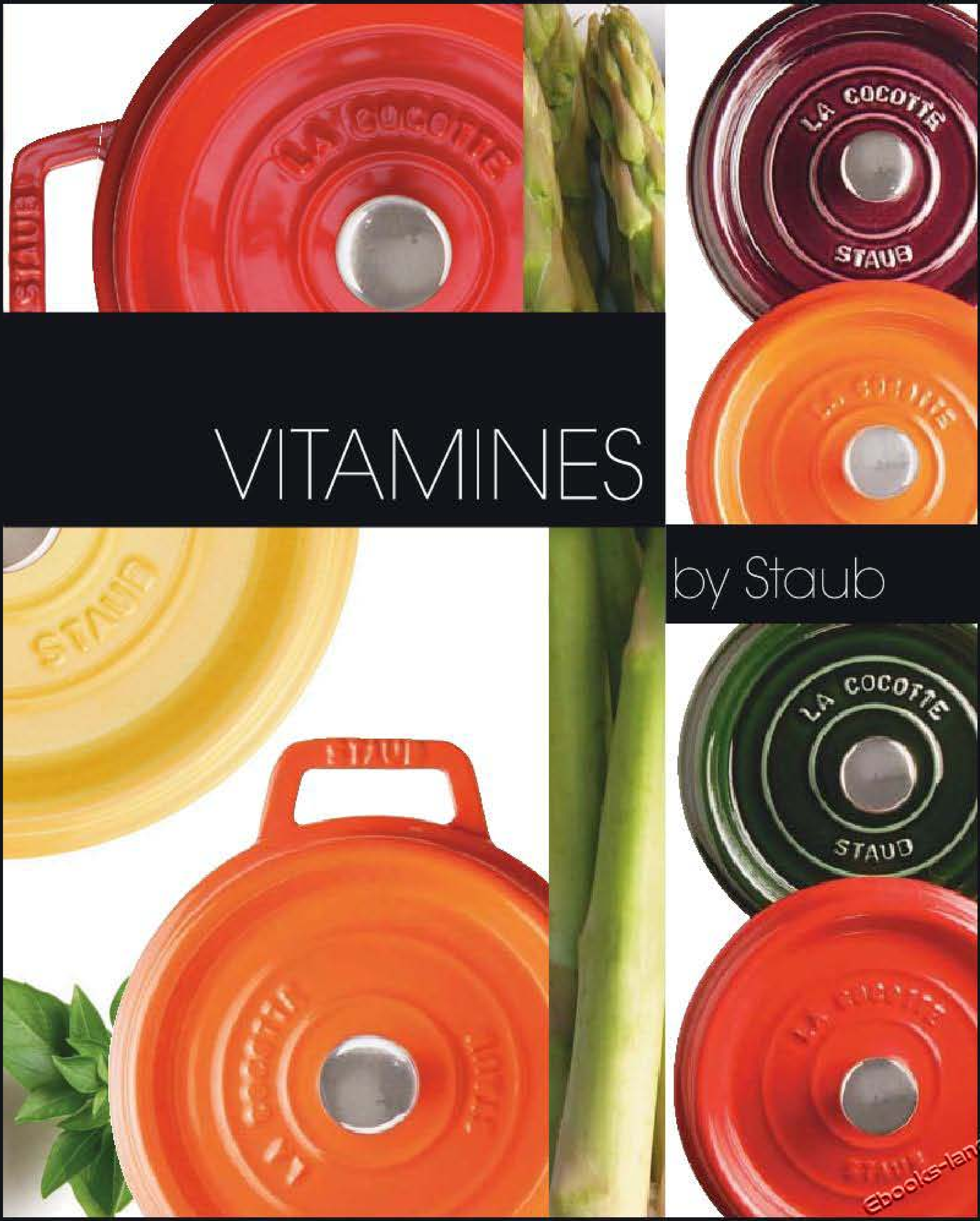
L'ANANAS L'EXOTISME EST DE SAISON

SAINT VALENTIN DES AMOURS DE CADEAUX

Ebooks-land.net

www.cuisinezcommeunchef.fr
T 09768 - 13 - F: **2,50 €** - RD

staub
en France



VITAMINES

by Staub

Ebooks-land.net

en fonte émaillée / *enamelled cast iron*

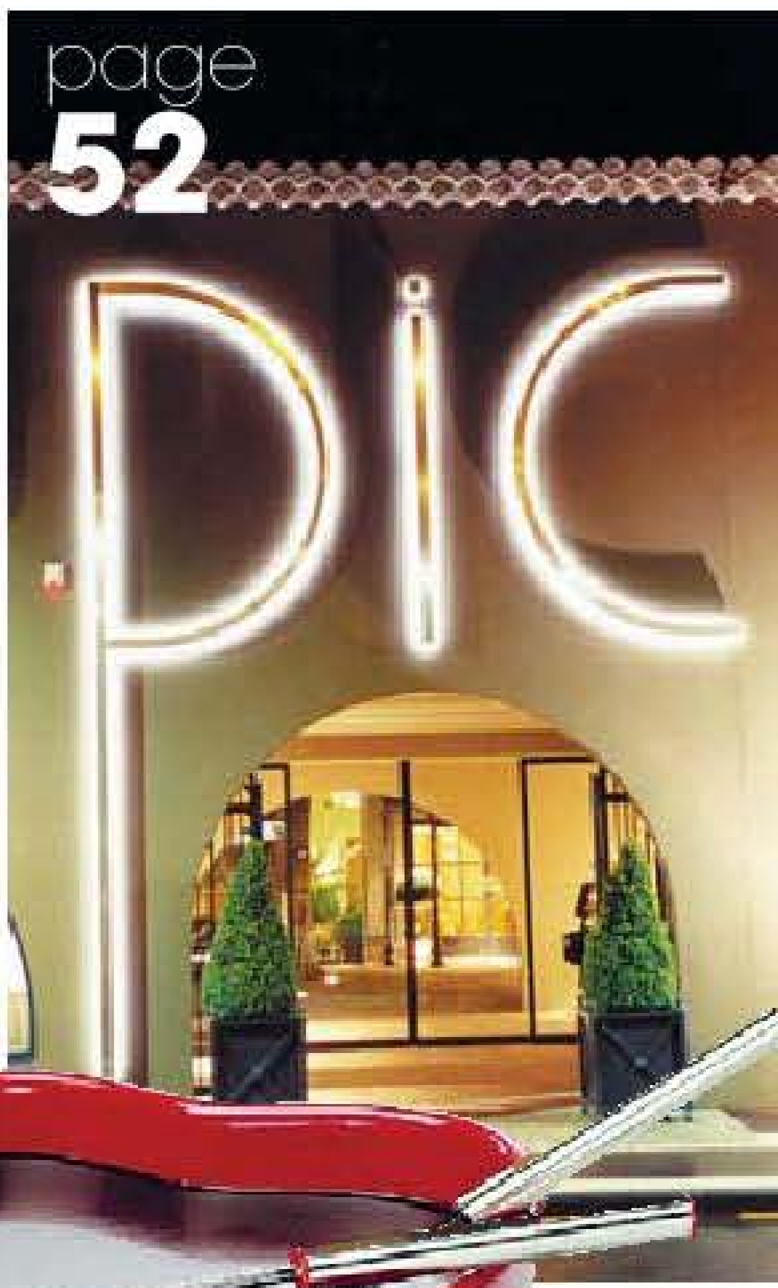
MADE IN FRANCE

www.staub.fr
Staub - France

SOMMAIRE

page 20

page 52



page 36

page 80

page 118

Ebooks-land.net

À LA CARTE

Il pleut, il mouille,
c'est la fête à la cagouille 18
Des fromages à cuire,
oui, mais pas n'importe lesquels! 77
Ananas ou nana-nana au Brésil
qui signifie "le parfum des parfums" 94

VINS

Côtes du rhône nord:
l'éclatante syrah! 96
Les coups de coeur
d'Antoine Hernandez 114

TOURS DE MAIN

Comment...réaliser des quenelles
de pomme de terre gratinées? 27
Comment... réaliser
une confiture de lait ? 58
Comment...réaliser
des crêpes au lait de soja ? 78

LA FOURCHETTE ET LA PLUME

Nouveautés 116

BIEN MANGER

Ski, vin chaud et fondue savoyarde 110

PROPOS GOURMANDS

Anne-Sophie Pic:
le chef est une femme 52

ESCAPADE GOURMANDE

Les fermes de Marie 118

PORTRAIT D'ARTISAN

Jean-Luc Poujauran,
le boulanger des chefs 74

SHOPPINGS

S'équiper top 20
C'est tout bon: goûtés et approuvés 36
S'équiper top:
Esprit montagne 50
Electrochic 60
Saint-Valentin: "atout cœur" 80

LES RECETTES DE JOËL ROBUCHON

Boulettes de sardines au thym

Brochettes de poulet tandoori

Œufs cocotte au gorgonzola

Soupe chinoise

Briouats aux pommes au miel

page 08

OLIVIER BARDOUX

"Le Chalet du Mont d'Arbois"

Megève

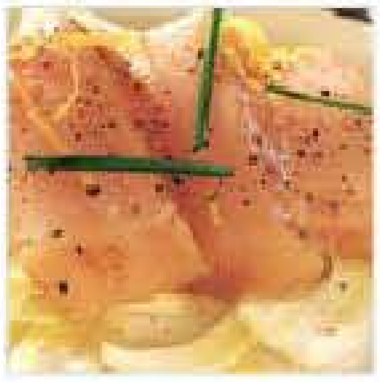
Nems au chou vert au jambon cru

Crozets "façon risotto" au beaufort

Filet mignon de veau en croûte de parmesan

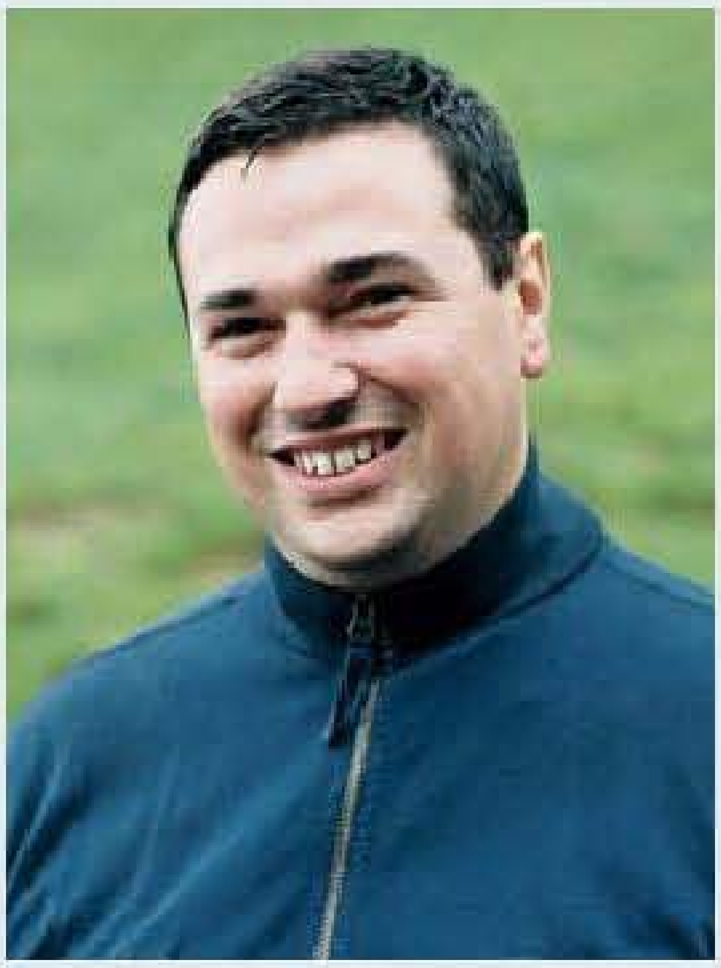
"Dans le cadre enchanteur et chaleureux du Chalet du Mont d'Arbois, il fait rayonner avec talent et discrétion la tradition culinaire chère à la famille Rotschild"

page 22



Espadon mariné à l'élixir des Pères Chartreux

Terrine au chocolat



PATRICK GAUTHIER

"La Madeleine"

Sens

Gougères bourguignonnes

Gratin de Chaource aux belles de Fontenay

Fricassée d'escargots au jus de persil, rutabagas confits

" A Sens, il possède trois maisons, La Madeleine, un gastronomique étoilé, le Crieur de vins, un bistrot de terroir et Miyabi, le dernier né, un petit coin de Japon en pleine Bourgogne"

page 38

Filet de sandre à l'Irancy, étuvée de blancs de poireaux

Financiers et glace au pain d'épices

MARC MEURIN

"Le Château de Beaulieu"

Busnes

Tarte à la bière

Beignets de maroilles

Pot-au-feu de rattes aux moules

"Fidèle à son terroir, Marc Meurin gravite autour de son berceau natal et réalise une belle cuisine étoilée dans un château du XVIIe siècle"

page **62**

Rouelles d'andouillette panées en salade d'endives

Parfait glacé à la chicorée, sirop de genièvre

ANTOINE WESTERMANN

"Drouant"

Paris

Crème de lentilles au saumon fumé

Tarte à l'oignon

Gnocchis de pomme de terre au fromage blanc

"Nouvelle vie, nouvelle liberté, multiples adresses : il s'amuse comme un gamin aux fourneaux de ses ambassades, et notamment du mythique restaurant parisien Drouant."

page **82**

Civet de lapin

Crème renversée à l'orange

MARC VEYRAT

"Auberge de l'Eridan"

Annecy

Soupe de potiron fleurette au goût de lard

Tartiflette de Savoie

Gratin de chou rave et topinambour

"L'homme au chapeau ne cesse décidément de nous étonner, magicien des plantes, montagnard triplement étoilé, il vient de créer un « fast food bio » dans son repère d'Annecy!"

page **98**

Côtes de porc au café

Ebooksland.net

Pots de crème à la lavande

Après les fêtes, nous voici repartis sur les sentiers de la gourmandise. Car l'hiver, tous les prétextes sont bons pour se régaler et se réchauffer entre amis et en famille au coin du feu. Voici donc pour les gourmands un échantillon de plaisirs d'hiver à dévorer au fil des pages.

Nous vous emmenons à la montagne avec une escapade aux Fermes de Marie, à Megève, un endroit authentique conçu dans le respect de la région et de son patrimoine mais qui sait également concilier luxe et gastronomie. La montagne également avec, entre autres recettes, celles de l'alchimiste des herbes, de l'artiste savoyard, le grand chef Marc Veyrat. La montagne toujours avec un dossier sur les fromages à cuisiner ainsi qu'un comparatif des meilleurs appareils à fondue et raclette.

A découvrir dans ce numéro l'un de nos plus grands maîtres du pain, Jean-Luc Poujauran, un artisan de talent qui redonne à l'un des symboles de la France gourmande, la boulangerie sous toutes ses formes, ses lettres de noblesse. Autre grand talent : Anne-Sophie Pic, la seule femme chef triplement étoilée en France, celle qui incarne la quatrième génération de la mythique maison Pic, nous fait l'amitié de nous livrer ses « propos gourmands ».

Enfin, bienvenue dans nos colonnes à Marina Gobet qui ne se contente pas d'être une excellente journaliste gastronomique mais est aussi diplômée de l'Ecole Lenôtre et qui nous livrera dorénavant, dans chaque numéro, ses tours de main de pâtisserie afin de vous aider à réaliser des petits miracles derrière les fourneaux. La Saint-Valentin, qui approche à grands pas, sera ainsi l'occasion de déguster à deux, les yeux dans les yeux, des douceurs réalisées par vos soins.

Bonne lecture, bonnes recettes à tous grâce a Joël Robuchon et ses amis Chefs et surtout bon appétit !

GUY JOB
Directeur de la Rédaction

ebooks-land.net

Château de Pizay

HÔTEL - MEETINGS - VINEYARD & SPA RESORT

★★★★

Offrez-vous un Séjour «Charme & Gourmandise»

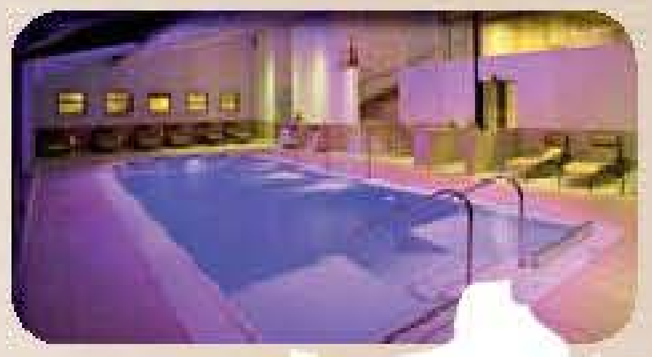
1 Nuit en chambre «Confort» dans la Dépendance du Château.
Petits-Déjeuners inclus + 1 Dîner par pers «Menu Epicure»
(Entrée, plat, dessert, boissons incluses)

204 € * par pers

** Valable pour 2 pers minimum en Chambre Confort dans la Dépendance du Château, du 05 janvier au 17 décembre 2009, sous réserve de disponibilités.*

Retrouvez toutes nos offres sur www.chateau-pizay.com

- SPA d'Exception (1000m²)
- 6 salles de restaurant privatives du XVIIème «Contemporanisé»
- 48 Suites Duplex
- 14 Chambres «Confort»
- Piscine extérieure chauffée
- Terrain de tennis
- Bois de 30 hectares
- Parcours oeno-romantique
- Salle de billards
- VTT (en location)
- Plus de 150 km de parcours jogging
- Dégustation des Crus du Domaine
- 4 golfs à moins de 30mn



info@chateau-pizay.com - 04.74.66.51.41
spa@chateau-pizay.com - 04.74.66.69.93
MORGON / ST-JEAN-D'ARDIERES
à 45mn de Lyon Centre et à 20mn de Mâcon
Ouverture du SPA tous les jours de 10h à 19h

Notre SPA est ouvert à la clientèle extérieure de l'hôtel.
Tenue correcte requise à l'arrivée au château

Ebooks-land.net

SOUPE CHINOISE

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 5 € PAR PERSONNE
▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 25 MINUTES

À vos paniers

- 2 carottes
- 2 blancs de poireau
- 2 blancs de poulet
- Huile d'arachide
- Sel fin, fleur de sel et poivre du moulin
- 1 petit paquet de vermicelles de soja
- 1 poignée de champignons noirs
- 2 bouillons cube ou sachets Ariake au poulet
- 1 bouquet garni (tiges de céleri, de persil, de coriandre, branche de thym et feuille de laurier)
- 2 oignons hachés
- 5 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de coriandre concassée
- 100 gr de crevettes décortiquées
- Sel et poivre

1 Laver et peler les carottes, les couper en rondelles assez épaisses. Laver les poireaux et les couper de même taille que les carottes.

2 Couper les blancs de poulets en petits morceaux, déposer le tout dans un autocuiseur, mouiller avec 1 litre d'eau, ajouter 1 oignon haché, les 2 sachets ou cubes de bouillon et le bouquet garni. Saler, poivrer, assaisonner en sauce soja. Fermer l'autocuiseur et cuire 20 minutes.

3 Entre-temps réhydrater les vermicelles et les champignons noirs dans un grand volume d'eau chaude. Ouvrir l'autocuiseur et ajouter les vermicelles ainsi que les champignons, redonner un bouillon puis ajouter les crevettes, le deuxième oignon et la coriandre.

4 Laisser cuire à couvert encore 5 minutes, rectifier l'assaisonnement si nécessaire et servir.

inspiration asiatique

Une autre façon d'accommoder les vermicelles de soja consiste à les servir en garniture de noix de Saint-jacques. Pour cela, prendre 1 petit paquet de vermicelles et les faire réhydrater 2 à 3 minutes dans un grand bol d'eau chaude. Dans une poêle anti-adhésive, poêler sans matière grasse une douzaine de noix de Saint-jacques. Compter 1 petite minute sur chaque face. Saler et poivrer. Ajouter les vermicelles égouttés, mouiller avec 4 cuillères à soupe de sauce soja et ajouter 1 cuillère à soupe de coriandre hachée. Déguster aussitôt.

Ebookland.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

À vos paniers

- 1 kg de sardines
- 4 gousses d'ail hachées finement
- 1 cuillère à café de piment doux
- 1 cuillère à café de cumin
- 1/4 de cuillère à café de poivre
- 1/2 cuillère à café de thym frais
- 1 cuillère à café de gingembre
- 1 jus de citron
- 4 à 5 pistils de safran
- 3 tomates lavées
- 2 petites feuilles de laurier
- 1 citron confit en dés
- 12 olives vertes dénoyautées
- 1 cuillère à soupe de persil plat concassé
- Piment fort
- 150 gr de riz (non prétraité)
- Sel et poivre

BOULETTES DE SARDINES AU THYM

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 7 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 35 MINUTES

1 Verser 2 litres d'eau dans une casserole. Ajouter 1 c. à s. de gros sel. Porter à ébullition. Rincer le riz à l'eau froide et l'égoutter. Le jeter en pluie dans l'eau bouillante, remuer jusqu'à reprise de l'ébullition.

2 Cuire environ 25 minutes en remuant de temps en temps. Verser le riz dans une passoire à trous fins et le refroidir sous le robinet d'eau froide, l'égoutter. Nettoyer les sardines, les lever en filets, les hacher à l'aide d'un couteau ou d'un hachoir.

3 Ajouter les épices (sel, poivre, cumin, piment doux, jus de citron, 2 gousses d'ail, thym, 1/2 c. à c. de gingembre) et le riz cuit. Bien mélanger. Dans une cocotte ou un tagine, mettre les tomates râpées (à la grosse râpe), du sel, du poivre, les 2 autres gousses d'ail, le safran, le reste de gingembre, le laurier et laisser frémir 3 à 4 min.

4 Disposer sur les tomates, les boulettes de sardines, ajouter 1/2 verre d'eau, le citron confit, le piment fort (selon goût), les olives, le persil concassé et laisser mijoter 10 min environ. Servir aussitôt.

Ma sauce tomate light sans huile

- 1 pack de coulis de tomates
- 2 petites feuilles de laurier
- 1 brindille de thym frais
- 1 cuillère à café rase de cumin en poudre
- 1 cuillère à café rase de paprika
- 1 cuillère à soupe de coriandre fraîche concassée
- 1 cuillère à soupe de persil plat concassé
- Sel et poivre

Mélanger tous les ingrédients dans une casserole et mettre à cuire à feu doux en remuant de temps à autre jusqu'à obtenir une sauce onctueuse. Si vous disposez de plus de temps, utiliser des tomates concassées en boîte qu'il faut cuire jusqu'à évaporation de l'eau, puis rajouter 2 c. à s. de coulis de tomates et les herbes à la fin.

A déguster avec

▪ Un rouge épicé et fruité. Un Coteaux du Languedoc ou vin méridional issu du cépage syrah.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

ŒUFS COCOTTE AU GORGONZOLA

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE
▪ PRÉPARATION : < 30 MINUTES ▪ CUISSON : 6 À 10 MINUTES

À vos paniers

- 4 œufs
- 10 cl de crème allégée à 3% de MG
- 100 gr de gorgonzola
- Huile d'olive
- Sel et poivre

1 Préchauffer le four à 200°C 10 minutes à l'avance. Huiler très légèrement les ramequins à l'huile d'olive, casser dans chacun un œuf en prenant soin de ne pas percer le jaune. Prendre une cocotte pouvant aller au four.

2 Découper un cercle de papier sulfurisé de même diamètre que la cocotte, le percer de petits trous et le poser dans le fond de la cocotte. Poser les ramequins dans la cocotte, sur le papier sulfurisé.

3 Ajouter de l'eau bouillante à mi-hauteur des ramequins en veillant à ne pas verser d'eau sur les œufs. Mettre la cocotte dans le four et cuire les œufs 6 à 10 min selon leur grosseur. Le blanc ne doit pas être entièrement coagulé.

4 Faire chauffer la crème dans une casserole, y faire fondre le gorgonzola en mélangeant bien avec un fouet. Saler et poivrer.

5 Lorsque les œufs sont prêts, émulsionner la crème de gorgonzola afin de former une mousse. La récupérer délicatement et la déposer sur les œufs. Déguster aussitôt.

L'œuf

Il représente un concentré d'acides gras et d'acides aminés essentiels qui contribuent à l'équilibre du régime sur le plan des nutriments indispensables. Il est riche en cholestérol mais ce cholestérol, en provenance de l'alimentation, ne s'incorpore pas à celui que l'on fabrique en excès, quand il existe une anomalie du métabolisme (hypercholestérolémie). Il est naturellement éliminé dans les selles, avec le concours des fibres alimentaires (pain complet). Il n'y a donc aucun risque à consommer 7 œufs par semaine.

eBooks-land.net

A déguster avec

▪ Un vin blanc sec, minéral avec rondeur et matière. Un Petit Chablis par exemple.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

BROCHETTES DE POULET TANDOORI

▪ POUR 5 PERSONNES ▪ ENVIRON : 3 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 5 MINUTES

À vos paniers

- 4 blancs de poulet
- 2 cuillères à soupe de poudre tandoori
- 3 yaourts nature à 0% de MG
- 10 petites feuilles de menthe
- 2 cuillères à soupe de feuilles de coriandre
- Sel et poivre

1 Couper les blancs de poulet en gros dés. Les piquer sur des brochettes, compter 4 à 5 dés de poulet par brochette.

2 Mélanger 1 yaourt avec la poudre tandoori, saler, poivrer puis badigeonner les brochettes de ce mélange.

3 Mixer les 2 autres yaourts avec la menthe et la coriandre, saler et poivrer. Griller les brochettes de poulet sur un gril.

4 Dresser les brochettes sur un plat, ajouter un cordon de sauce à la menthe et à la coriandre. Servir le reste de sauce en saucière.

Les sauces au yaourt

Le yaourt est un formidable support pour préparer des sauces légères et savoureuses. Enrichi d'herbes aromatiques, d'œuf dur haché et d'épices, vous pouvez varier à l'infini.

Sauce moutarde

- 4 pots de yaourt à 0% de MG
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin
- 1 cuillère à soupe de moutarde forte
- Sel et poivre du moulin

Mélanger tous ces ingrédients pour obtenir une sauce moutarde simple. Vous pouvez éventuellement l'agrémenter au choix d'un ou deux ingrédients suivants :
* 1 cuillère à café d'ail finement haché
* 1 cuillère à soupe d'échalote ou d'oignon hachés
* 2 cuillères à soupe de : persil plat, basilic, cerfeuil, ciboulette ou estragon hachés
* 1 bonne cuillère à café au choix de curry, de cumin, de paprika, de raifort haché.

A déguster avec

▪ Un rouge soyeux, délicatement épicé et léger, servi un peu frais.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

BRIOUATS
AUX POMMES AU MIEL

À vos paniers

- 3 feuilles de brick
- 4 pommes
- 3 cuillères à soupe de compote de pommes
- Miel

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 3 MINUTES

1 Préchauffer le four à 200°C.
Tailler les pommes en petits dés. Les mettre dans un bol et les mélanger à la compote de pommes. Découper les feuilles de brick de façon à obtenir des bandes de 5 cm de large sur 25 cm de long.

2 Prendre une bande, la déposer devant soi dans le sens de la longueur, y déposer 1 cuillère de farce à 3 cm de bord, saisir le coin droit de la bande et le poser sur le coin gauche de la feuille de brick jusqu'à faire une pointe de triangle et recommencer en sens inverse, gauche vers la droite jusqu'à la fin de la bande.

3 Coller les bouts avec un peu d'eau ou une pointe de jaune d'œuf battu. On doit obtenir un triangle. Répéter l'opération jusqu'à épuisement de la farce, pour obtenir en tout 8 triangles. Déposer les briouats sur une plaque antiadhésive à four ou recouverte de papier cuisson.

4 Les enfourner et dès que le dessus est doré, les retourner. Les retirer lorsqu'elles sont dorées sur les deux faces. Entre temps, faire chauffer le miel dans une petite casserole, y plonger rapidement les briouats et les égoutter. Servir accompagné de glace au yaourt light.

La glace au yaourt

- **450 gr de yaourt nature allegé**
- **3 cuillère à soupe de miel**
- **80 gr de crème liquide à 3% de MG**
- **8 gr d'édulcorant Splenda**

1. Dans un saladier, fouetter énergiquement le yaourt, le miel, la crème et l'édulcorant.
2. Couvrir d'un film étirable et entreposer au minimum 25 minutes au réfrigérateur.
3. Filtrer à la passoire fine ou au chinois, verser dans une sorbetière et turbiner.

A déguster avec

■ Pourquoi pas un vin blanc de Loire moelleux de type Bonnezeaux ou Coteaux du Layon.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

Il pleut, il mouille, c'est la fête à la cagouille

S'il est un met typiquement français, c'est bien l'escargot! Farcis d'un beurre aillé et persillé, parfois enrichi de chapelure, cagouille, luma et "petits-gris" font le régal des amateurs de bêtes à cornes.

Les escargots aiment l'humidité. Dans le cas contraire, ils se cachent à l'intérieur de leur coquille et s'enferment derrière une fine pellicule, ce qui leur évite la déshydratation. Les escargots ont disparu d'une grande partie des territoires agricoles cultivés à cause des pesticides. Le réseau bocager leur permet de mieux survivre et peut être que les bandes enherbées rendues obligatoires récemment sur certaines surfaces en Europe leur permettront de survivre.

À l'usage des ramasseurs

La récolte 2008 n'a pas été très bonne. Il faut savoir que la période de ramassage des escargots ainsi que la vente des animaux vivants est réglementée, notamment pour la taille légale minimale. Quand on va à la cueillette des escargots il est important de ramasser les sujets les plus gros et dont les bords de la coquille sont bordés, c'est-à-dire qu'elle se termine par une espèce de bourrelet. Cela signifie qu'ils ont atteint l'âge adulte, ce qui leur a permis de se reproduire. On consomme en France l'escargot de Bourgogne, le petit-gris et les achatines.

L'escargot de Bourgogne

Appelé aussi « escargot des vignes » ou « gros blanc » il a une coquille jaune fauve striée de brun, au bord à peine ourlé. Sa croissance dure de 2 à 3 ans et son élevage est aléatoire.

Le petit-gris

Il a une coquille brunâtre, spiralée de gris fauve, au bord ourlé. Sa chair ferme est fine et savoureuse. C'est l'animal fétiche des Charentes et là-bas il est appelé familièrement « cagouillard » Le nom de cagouille est d'origine charentaise, saintongeaise et angoumoise. Plus au nord de l'Aunis et dans le Poitou, c'est le « luma ». C'est l'escargot le plus facile à élever en héliciculture car il s'adapte facilement à différents types de climat et d'environnement.

Les « achitines »

Généralement de grande taille, ils sont moins fins et vendus en conserve. Ils viennent de Chine, d'Indonésie ou d'Afrique.

Les escargots d'élevage ne sont jamais toxiques car leur alimentation est contrôlée. En revanche, il est recommandé de faire jeûner une quinzaine de jours les escargots sauvages pour éviter de consommer les plantes toxiques (buis, fusain) ou métaux lourds qu'ils auraient pu manger juste avant la capture.

Le saviez-vous ?

L'homme de la préhistoire consommait des escargots. Les Romains les cuisinaient et les engraissaient dans des « escargotières ». C'est aussi le nom du plat spécifique, généralement en grès, creusé de petites cavités pour mettre les escargots au four sans leur coquille et les servir. Au Moyen Âge, l'escargot était considéré comme une viande maigre.

Anne Hudson

Ebooks-land.net

Par Marina Gobet

DES TOASTS PERSONNALISÉS

Ludique, le grille-pain Mati, WHITE AND BROWN, est proposé avec 4 pochoirs interchangeables pour personnaliser vos toasts. Muni d'un thermostat à 7 positions, il permet de satisfaire toutes vos envies. Très fonctionnel avec son range cordon et son tiroir ramasse-miette. Carrosserie plastique soft mat et acier chromé. 34,90€

MOUSSE EXPRESS

Le fouet à lait mousse BODUM permet de réaliser une mousse épaisse, lisse et gourmande pour accompagner vos boissons préférées. Par la simple pression d'un bouton, en moins de 20 secondes, le lait se transforme en mousse onctueuse. Sert également pour mixer des cocktails et des sauces salades.
29.90€ et 39.90€ (avec inox brillant sur le «couvercle»)

CUISSON VAPEUR TOUT EN UN

Conçu spécialement pour les cuissons vapeurs au four micro-ondes, le cuit-vapeur Mastrad est design et fonctionnel. Composé de 4 éléments emboitables, son panier surmonté d'un plateau permet de cuire, légumes, poisson ou viande en même temps. On l'utilise aussi pour rincer, servir, conserver et réchauffer tous les aliments.
Existe en 3 couleurs : vert, rouge et noir 40€

VIVE LA COULEUR !

Elles seront le point fort de votre cuisine. Avec sa dernière gamme « Vitamine » STAUB offre à ses cocottes une nouvelle garde-robe de toutes les couleurs. Tonus et peps garantis dans votre cuisine ! Cocottes en fonte émaillée 22 cm 115€

AMBIANCE LUMINEUSE SUR VOTRE TABLE !

Doté d'un bouton de contact situé sur sa partie inférieure, le sous-verre luxpod d'OSRAM s'allume automatiquement par simple pression de l'objet posé. De design sobre et d'un diamètre pratique, il permet de poser tout type de verre. Disponible en 3 couleurs : noir, champagne, chrome, il bénéficie de 20 heures d'autonomie et se recharge grâce à 2 piles boutons.
9,90€

DES MOTS GOURMANDS

Ludique et pratique, le stylo de décoration CUISIPRO éveillera la créativité de toute la famille. Très maniable grâce à son corps en silicone, il s'utilise sans effort par simple pression. Crèmes, chocolat ou confiture personnaliseront vos créations culinaires.
Il dispose de deux embouts différents ! 9,50€

GAUFRES ARTISANALES

Grâce à ses plaques de cuisson antiadhésives et son système rotatif de cuisson à température constante, le gaufrier KITCHEN AID série Artisan est idéal pour préparer des gaufres à la fois moelleuses et croustillantes.
Couvercles et poignées isolants, finition acier et métal coulé, existe dans les couleurs gris métal, crème, rouge et noir. 329€

DES FRITES COMME AU RESTAURANT

Dotée d'un couvercle en verre, la friteuse semi-professionnelle Expert Fryer KRUPS permet une cuisson parfaite sans condensation, grâce à sa technologie de ventilation.
Bénéficiant d'un système de filtration des odeurs, son filtre carbone se régénère une fois nettoyé au lave-vaisselle.
Elle dispose d'une cuve amovible pour un nettoyage facile. Son thermostat électronique permet de sélectionner la température de l'huile.
Capacité huile : 4,5 L 249,49€

UNE CUISSON PARFAITE

Equipée de 6 ramequins individuels, l'egg poacher, ustensile spécial « œufs » BEKA, garantit une cuisson parfaite et sans graisse. Idéal pour réussir les œufs pochés ou mollets, vous pouvez l'utiliser également comme poêle pour préparer des œufs brouillés, au plat ou encore en omelette.
Convient à toutes les sources de chaleur y compris l'induction. 48,50€

PRATIQUE-COMPACT-CONVIVIAL

Compact et convivial, l'appareil à raclette Destination de TEFAL est composé de 6 coupelles en téflon pour la cuisson et de 6 ramequins à condiments aux couleurs « flashy » posés sur un plateau rotatif.
La cuisson s'effectue sur la plaque Thermo-spot ou sous le grill.

books-land.net

Les parties supérieures et inférieures de l'appareil s'emboîtent afin de permettre ungain de place au rangement. 99,49€

Cuisinez comme un Chef

OLIVIER BARDOUX

NEMS AU CHOU VERT AU JAMBON CRU

CROZETS "FAÇON RISOTTO" AU BEAUFORT

Luxe, tradition et volupté

Sur les hauteurs de la célèbre station mégevane, dans le cadre enchanteur et chaleureux du Chalet du Mont d'Arbois, le jeune chef Olivier Bardoux fait rayonner avec talent et discrétion la tradition culinaire chère à la famille Rotschild.

Points de repère

1974 Naissance à Dieppe

1989 / 1991 Apprentissage dans la charcuterie familiale à Buigny les Gamaches (Somme)

1996 Il fait ses débuts au Chalet du Mont d'Arbois

1998/1999 Chef de partie au restaurant Laurent à Paris avec le chef Philippe Braun, deux étoiles au guide Michelin.

1999/ 2000 Chef de partie à l'Auberge de l'Ill (3 étoiles Michelin) à Illhaeusern avec le chef Marc Haeberlin.

2000/ 2002 Sous-chef à la Taverne du Mont d'Arbois à Megève

2002/2004 Chef /directeur de la Taverne du Mont d'Arbois à Megève

2004 Chef et responsable des cuisines du Chalet du Mont d'Arbois à Megève

Votre dernier coup de fourchette ?
Un foie gras de canard poché aux épices dégusté chez des amis.

Votre madeleine de Proust ?
Les œufs à l'oseille de ma maman. Des œufs durs recouverts d'une crème de ferme à l'oseille et colorés au four. Le tout, accompagné de pommes de terre. Un recette riche mais inégalable!

La boisson qui vous rend meilleur ?
La Chartreuse verte V.E.P.

Le premier plat que vous avez réalisé ?
Le boudin blanc avec mon père, charcutier de métier dans la Somme.

Qu'est-ce qui vous met l'eau à la bouche ?
L'odeur des viennoiseries chaudes au réveil.

Votre ingrédient fétiche ?
La truffe noire, c'est un produit tout simplement unique et magique.

Votre péché mignon ?
Le pain. Je n'y résiste pas c'est plus fort que moi.

Quelle est votre principale qualité ? Et votre plus gros défaut ?
Je suis courageux mais impatient. Le temps passe trop vite !

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Le saumon soufflé Auberge de l'Ill, un plat crée par Paul Haeberlin à en 1967. Le produit et la beauté du geste, du coup de main pour réussir ce plat.

Votre gourmandise inavouable ?
Les desserts à toute heure du jour et de la nuit!

FILET MIGNON DE VEAU EN CROÛTE DE PARMESAN ROQUETTE AUX NOISETTES

ESPADON MARINÉ À L'ÉLIXIR DES PÈRES CHARTREUX ET FENOUIL EN SALADE

TERRINE AU CHOCOLAT

Votre recette de vie ?
Elle tient en trois mots : travail amour et famille.

Le don de la nature que vous auriez aimé avoir ?
Savoir dessiner.

Votre devise ?
Ecouter, former et évoluer au milieu des tendances.

Si vous n'aviez pas été chef, quel métier auriez-vous aimé exercer ?
Plus jeune j'aurais aimé être photographe, d'ailleurs, j'ai toujours beaucoup de plaisir à faire mes réglages lorsque je prends des photos.

Une escapade qui vous fait rêver ?
Un week-end au Monte Carlo Bay, le dernier né de la SBM à Monaco pour la beauté et le confort de cet hôtel et pour la cuisine métissée du chef Marcel Ravin, antillais.

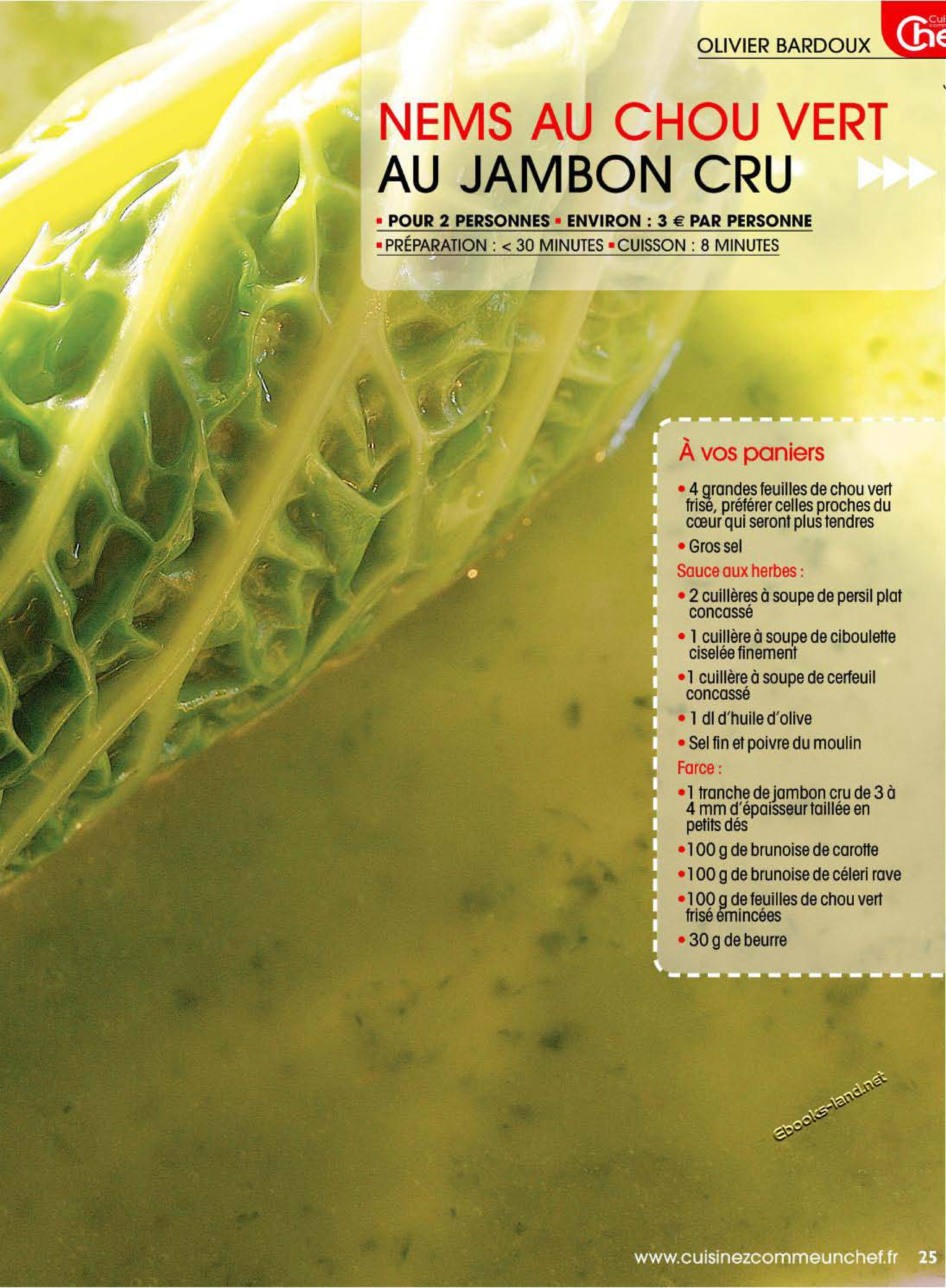
Votre saison préférée ?
Le printemps, la saison où la nature sort de son sommeil.

Vos adresses secrètes ?
Le refuge à Megève, le restaurant d'un ami Franck Soyer. Les fruits et légumes de Christian Dupraz au marché de Sallanches.

Si vous étiez un plat ?
La poule à la crème. Un plat simple, goûteux et convivial.

Caroline Husson

Ebooks-land.net



NEMS AU CHOU VERT AU JAMBON CRU

▪ **POUR 2 PERSONNES ▪ ENVIRON : 3 € PAR PERSONNE**

▪ PRÉPARATION : < 30 MINUTES ▪ CUISSON : 8 MINUTES

À vos paniers

- 4 grandes feuilles de chou vert frisé, préférer celles proches du cœur qui seront plus tendres
- Gros sel

Sauce aux herbes :

- 2 cuillères à soupe de persil plat concassé
- 1 cuillère à soupe de ciboulette ciselée finement
- 1 cuillère à soupe de cerfeuil concassé
- 1 dl d'huile d'olive
- Sel fin et poivre du moulin

Farce :

- 1 tranche de jambon cru de 3 à 4 mm d'épaisseur taillée en petits dés
- 100 g de brunoise de carotte
- 100 g de brunoise de céleri rave
- 100 g de feuilles de chou vert frisé émincées
- 30 g de beurre

Ebooks-land.net

NEMS AU CHOU VERT
AU JAMBON CRU

1 Préparer la farce : Chauffer le beurre dans un poêlon, ajouter et faire suer sans coloration la brunoise de carotte et la brunoise de céleri rave sur feu doux pendant 3 à 4 min. Ajouter les feuilles de chou vert frisé émincées, la tranche de jambon cru taillée en petits dés, bien mélanger, couvrir et laisser mijoter 15 min.

2 Blanchir les grandes feuilles de chou vert frisé 2 à 3 min dans une grande quantité d'eau bouillante salée. Les rafraichir rapidement dans de l'eau bien froide et les égoutter.

3 Préparer la sauce aux herbes : mixer finement 1 dl d'huile d'olive avec le persil plat concassé, la ciboulette ciselée finement et le cerfeuil concassé. Assaisonner à convenance de sel fin et de poivre du moulin. Débarrasser dans un récipient.

4 Préchauffer un couscoussier. Parer les feuilles de chou vert de façon à obtenir 4 carrés. Disposer chacune sur un film alimentaire (la face la plus harmonieuse à l'extérieur), disposer vers le bas 2 généreuses cuillères à soupe de farce, rabattre dessus les côtés, puis rouler soigneusement en forme de nem en serrant bien à l'aide du film, envelopper dans ce dernier et tordre les extrémités.

5 Placer les nems dans la partie supérieure d'un couscoussier, couvrir et réchauffer 3 à 4 min. Retirer le film plastique, dresser sur un plat de service et déguster sans attendre avec la sauce aux herbes en accompagnement.

①

②

③

④

⑤

Ebooks-land.net

A déguster avec

■ Un Muscat d'Alsace, vif et aromatique, pour un accord tout en finesse.

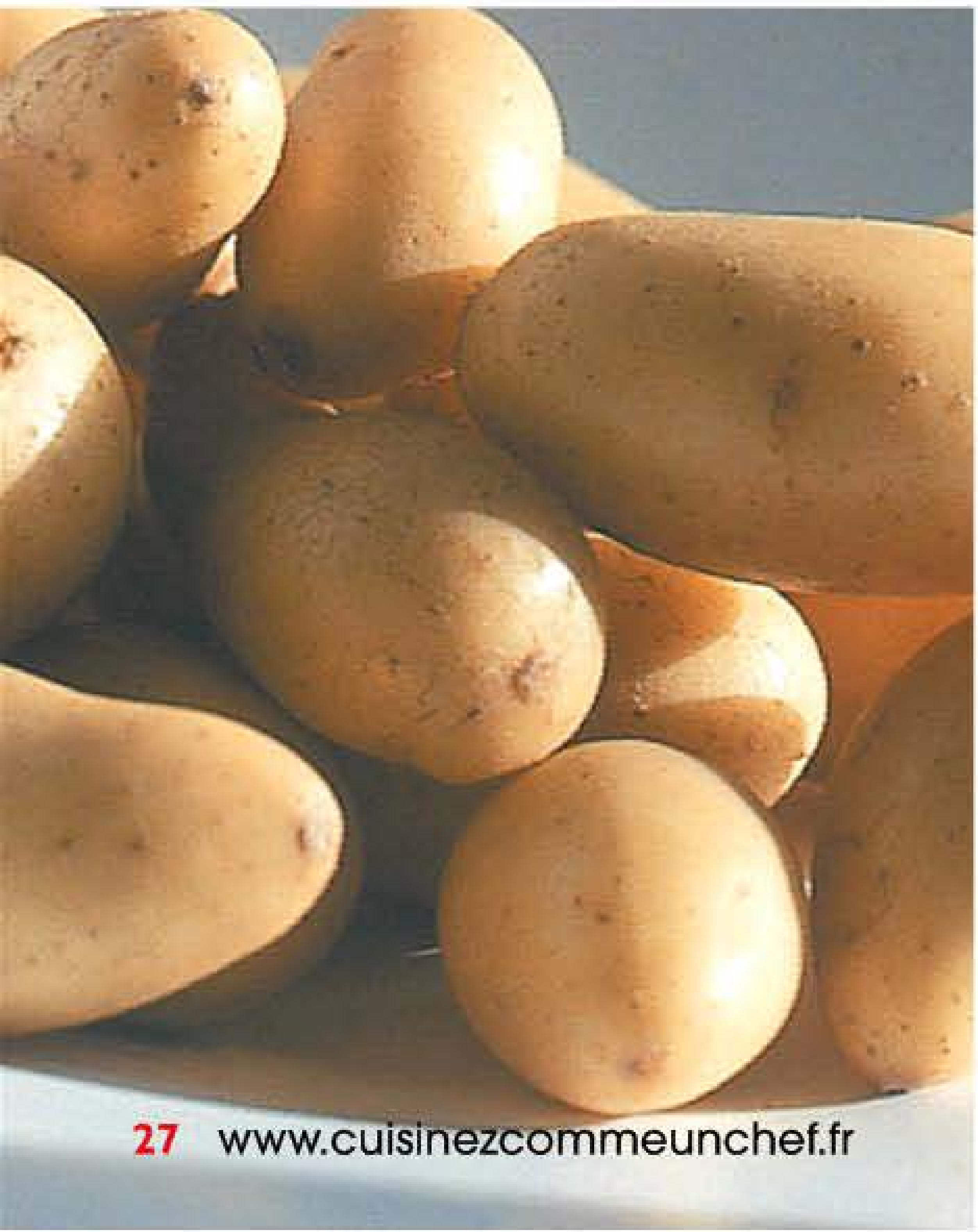
Conseils de chef

■ Il est important de bien rafraîchir les feuilles de chou vert dans l'eau glacée pour arrêter leur cuisson et fixer leur couleur. Vous pouvez les préparer d'avance, dans ce cas, les réchauffer 6 à 7 minutes.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

TOUR DE MAIN DE JOËL ROBUCHON

Les quenelles de pomme de terre gratinées



1 Cuire 500 g de pommes de terre avec la peau à l'eau salée avec un bouquet garni et une gousse d'ail pelée pendant 25 min. Ensuite les égoutter, les peler, et les passer au moulin à légumes.

2 Dans 2 dl de lait, ajouter 30 gr de beurre à frémissement retirer du feu et ajouter 90 g de farine en mélangeant avec un fouet. Remettre ensuite sur feu doux, et dessécher 1 minute cette panade.

3 Dans le mixeur, mettre 300 gr de pulpe de pommes de terre et la panade, mixer, saler, poivrer, et ajouter quelques râpures de noix de muscade. Ajouter 100 gr de beurre clarifié, 3 œufs entiers, 80 gr de blancs d'œufs et mixer .

4 Dans de l'eau salée bien frémissante ajouter les quenelles moulées à la cuillère. Pocher les quenelles 20 min dans l'eau à peine frémissante. Egoutter sur un torchon puis les disposer ensuite dans un plat bien beurré.

5 Saupoudrer les quenelles de 100 gr de comté râpé. Les mettre dans un four préchauffé en position gril. Une fois gratinées, sortir les quenelles du four et les servir bien chaudes.

CROZETS "FAÇON RISOTTO" AU BEAUFORT

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 15 MINUTES

À vos paniers

- 200 g de crozets (variété de pâtes alimentaires originaires de Savoie)
- 80 g de beaufort râpé
- 1 oignon moyen
- 1 cuillère à soupe de ciboulette ciselée finement
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 verre de vin blanc sec
- 1 litre de bouillon de volaille

①

1 Peler et hacher finement 1 oignon moyen. Chauffer 2 c. à s. d'huile d'olive dans un poêlon, ajouter et faire suer sur feu doux l'oignon haché sans coloration, bien remuer avec une spatule en bois.

②

2 Ajouter ensuite les crozets pour les enrober de la matière grasse. Les mélanger sur feu tout doux (ils ne doivent pas colorer) pendant 4 à 5 min.

③

3 Verser le verre de vin blanc sec, amener à légère ébullition et laisser réduire pratiquement à sec, bien remuer.
Mouiller petit à petit avec le bouillon de volaille tout en mélangeant sans cesse (louche après louche, en attendant l'absorption de la quantité ajoutée avant d'en verser à nouveau), compter 15 min pour une parfaite cuisson des crozets.

④

4 Incorporer ensuite 80 g de beaufort râpé. Dresser les crozets au beaufort dans un plat creux de service, terminer par un trait d'huile d'olive et 1 c. à s. de ciboulette finement ciselée.

A déguster avec

▪ Une Roussette de Savoie, riche et ample.

Conseils de chef

▪ Si vous ne trouvez pas de crozets, vous pouvez les remplacer par du risoni (des pâtes en forme de gros grains de riz). Dans ce cas, le temps de cuisson sera d'environ 10 bonnes minutes.

Ebooks-land.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

FILET MIGNON DE VEAU
EN CROÛTE DE PARMESAN ROQUETTE AUX NOISETTES

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ ENVIRON : 6 € PAR PERSONNE
▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 4 MINUTES

À vos paniers

- 4 grenadins de filet mignon de veau
- 200 g de feuilles de roquette
- 2 cuillères à soupe de noisettes concassées grossièrement
- 20 g de beurre
- 1 filet d'huile d'arachide
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel fin et poivre du moulin

Croûte de parmesan :

- 25 g de beurre pommade
- 25 g de chapelure
- 50 g de parmesan râpé
- Poivre du moulin

Conseils de chef

■ Pour le parmesan râpé, achetez plutôt un petit morceau entier que vous râperez vous même.

A déguster avec

■ Un Beaujolais de caractère comme le Chénas.

①

1 Préparer la croûte de parmesan : travailler à la fourchette le beurre pommade la chapelure et le parmesan râpé de façon à obtenir une pâte friable, sablée. Poivrer à convenance.

②

2 Saler modérément et poivrer les grenadins de veau. Chauffer 1 filet d'huile d'arachide avec 20 g de beurre dans une poêle anti-adhésive, colorer rapidement les grenadins 2 à 3 minutes de chaque côté. Les débarrasser sur une grille.

③

3 Préchauffer le four en position gril. Chauffer 1 c. à s. d'huile d'olive dans un poêlon, ajouter et faire cuire rapidement les feuilles de roquette, saler modérément, poivrer.

④

4 Laisser les grenadins sur la grille. Etaler sur chacun d'entre eux la pâte de parmesan (+ ou – 5 mm d'épaisseur) pour former une croûte régulière. Mettre la grille au four en position haute et les passer sous le gril le temps de les colorer, ils doivent être dorés.

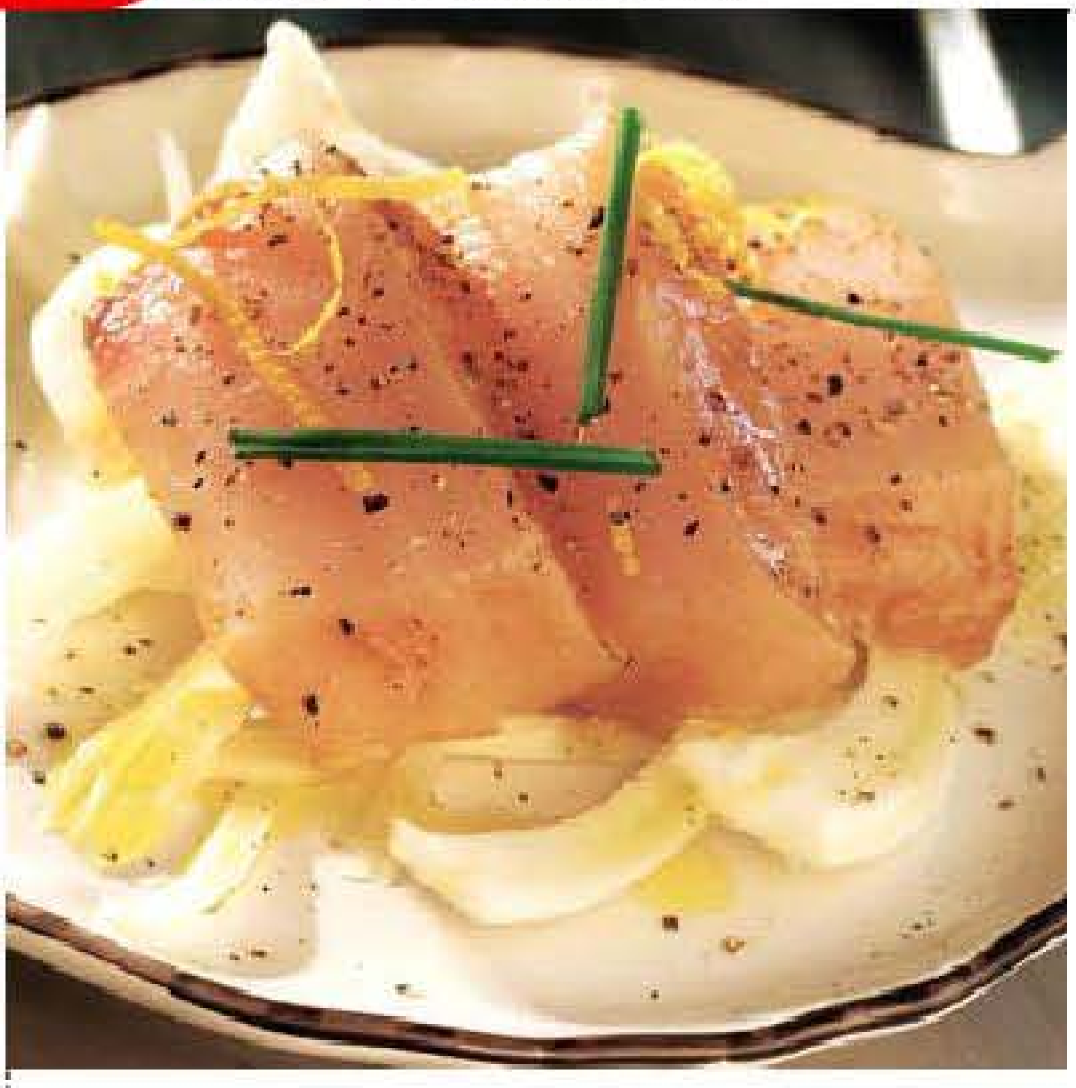
⑤

5 Dresser les grenadins de veau sur les feuilles de roquette, éparpiller quelques noisettes concassées, agrémenter d'1 filet d'huile d'olive. Servir et déguster sans attendre.

Ebooks-land.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net



ESPADON MARINÉ
À L'ÉLIXIR DES PÈRES CHARTREUX ET FENOUIL EN SALADE

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ ENVIRON : 6 € PAR PERSONNE
▪ PRÉPARATION : < 30 MINUTES ▪ CUISSON : 5 MINUTES

À vos paniers

- 1 filet d'espadon de 600 g
- 1 bulbe de fenouil
- 1 citron jaune
- 1 filet d'huile d'olive
- Fleur de sel et poivre du moulin

Marinade :

- 75 g de miel, de pin de préférence
- 125 g de sauce soja
- 50 g de ketchup
- 1 cuillère à soupe d'huile de sésame torréfié
- 1 cuillère à soupe d'huile de noisette
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin vieux
- 1 cuillère à soupe d'élixir des Pères Chartreux
- 1 cuillère à soupe de jus de citron jaune

1 Préparer une marinade : dans un saladier, mélanger à l'aide d'un fouet le miel de pin avec la sauce soja, incorporer successivement le ketchup, l'huile de sésame torréfié, l'huile de noisette, l'huile d'olive, le vinaigre de vin vieux, l'élixir des Pères Chartreux et le jus de citron jaune.

2 Disposer le filet d'espadon rouge dans un plat creux étroit, verser la marinade dessus, le laisser mariner 1h au réfrigérateur en prenant soin de le retourner au bout de 15 min. Egoutter ensuite le filet mariné, l'essuyer avec un papier absorbant.

3 Parer 1 bulbe de fenouil, le fendre en deux puis l'émincer finement dans la longueur.

4 Dresser le fenouil émincé sur un plat de service, l'assaisonner à convenance de fleur de sel, de poivre du moulin, de quelques gouttes de jus de citron jaune et d'1 filet d'huile d'olive.

5 Détailler en biais le filet d'espadon mariné en tranches d'1/2 cm d'épaisseur. Les disposer sur le fenouil en salade et servir aussitôt.

①

②

③

④

⑤

A déguster avec

▪ Un côtes du Roussillon rosé à base de grenache, rond et gourmand.

Conseils de chef

▪ Le fenouil a tendance à s'oxyder à l'air, l'assaisonner rapidement et au besoin, le réserver au frais.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Abonnez-vous à Cuisinez comme un Chef

5 NUMÉROS

SOIT 25% D'ÉCONOMIE

9€,50

Au lieu de ~~12€,50~~

PROFITEZ-EN !

www.cuisinezcommeunchef.fr

Merci de renvoyer ce bulletin à : CUISINEZ COMME UN CHEF - 18, quai de la Marne - 75164 Paris Cedex 19

Oui, je m'abonne à Cuisinez comme un Chef au prix de **9,50€** au lieu de 12,50€.

Ci-joint mon règlement par

- Chèque bancaire à l'ordre de **CUISINEZ COMME UN CHEF**
- Carte bancaire

CB |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_| Expire le |_|_|_|_|

Date : …/…/…

Signature

N'oubliez pas de mentionner les trois derniers chiffres du numéro inscrit au dos de votre carte, près de la signature (cryptogramme) ___

VOS COORDONNÉES

Nom ……………… Prénom ………………

Adresse ………………

Code postal ……………… Ville ………………

Télephone ……………… Portable 06/ ………………

En indiquant mon adresse e-mail ci-dessous, je serai informé(e) de la mise en place de mon abonnement.

Courriel ……………… @ ………………

- Je souhaite être informé(e) des offres commerciales du groupe Alain Ayache et de celles de ses partenaires.

Offre réservée à la France métropolitaine jusqu'au 31/01/09. En application de la loi informatique et libertés du 06/01/1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux informations vous concernant. Vous pouvez vous opposer à ce que vos nom et adresse soient cédés ultérieurement, en adressant une demande écrite à notre service Abonnement.

A013 RCS La compagnie des Chefs RCS 495 092 553

Ebooks-land.net

TERRINE
AU CHOCOLAT

- **POUR 4 PERSONNES** - **ENVIRON : 1,50 € PAR PERSONNE**
- PRÉPARATION : >30 MINUTES - CUISSON : 1 HEURE 15
- **PRÉVOIR** : 1 MOULE À CAKE DE + OU - 25 CM DE LONGUEUR SUR 8 CM DE LARGEUR.

À vos paniers

- 175 g de chocolat noir concassé à 75 ou 80%
- 175 g de beurre doux + 1 morceau supplémentaire pour beurrer le moule
- 200 g de sucre glace
- 3 œufs
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 cuillère à soupe de petits dés (1/2 cm) d'écorce d'orange confite
- 1 cuillère à soupe de cerneaux de noix concassés
- 1 cuillère à soupe de pistaches
- 1 cuillère à soupe d'amandes concassées

Conseils de chef

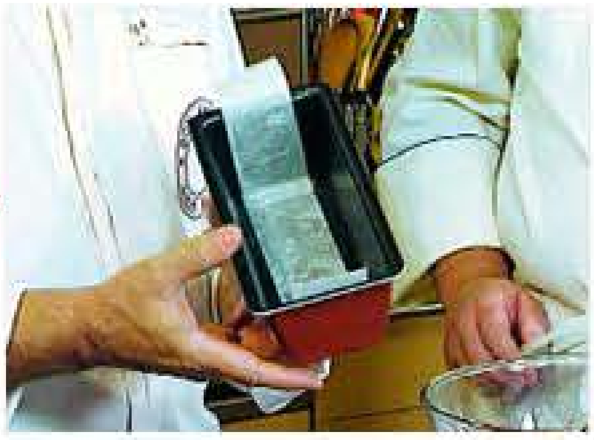
Accompagner d'une crème anglaise ou d'une boule de glace vanille.

À déguster avec

Un vieux Maury aux arômes qui rappellent le cacao.

①

1 Préchauffer le four à 180°C, en position ventilée de préférence. Faire fondre doucement au bain marie le beurre coupé en morceau, le chocolat noir concassé et 175 gr de sucre glace. Remuer à l'aide d'un fouet pour un mélange homogène, bien lisse.

②


2 Retirer ensuite du bain marie, incorporer successivement les œufs (un par un). Mélanger, ajouter 1 généreuse c. à s. de farine, les dés d'écorce d'orange confite, les cerneaux de noix concassés, les pistaches et les amandes.

③

3 Beurrer généreusement 1 moule à cake. Chemiser les côtés les plus courts et le fond d'une bande de papier sulfurisé. Y verser ensuite l'appareil au chocolat.

④

4 Placer le moule au bain marie, amener l'eau à frémissement, glisser le tout dans le four préchauffé sur une grille à mi-hauteur, abaisser la température à 160°C, cuire la terrine 1h15.

⑤

5 Au terme de la cuisson, retirer la terrine au chocolat du four et du bain marie, la laisser refroidir à température ambiante avant de la démouler. Dresser sur un plat de service, saupoudrer de sucre glace et détailler en tranches.

Ebooks-land.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

Par Jeanne Berny

Goûtés et approuvés

YAOURTS AUX FRUITS

Sans colorant, sans conservateur, sans arôme artificiel, les nouveaux yaourts de ANDROS, c'est du fruit à l'état pur et du yaourt à l'état brut, parfaits pour consommer deux aliments essentiels : le fruit et le lait. Pack de 4 pots de 100 g 1,85€

L'ÉTÉ MÊME EN HIVER

Les dernières sauces de HEINZ pour assaisonner les pâtes sont à base de tomates cueillies à maturité et additionnées d'épices, de fromages, de pesto, sans colorant ni conservateur. Présentées en sachets individuels, elles sont franchement pratiques. Pasta sauce Paquet de 90 g 1,07€

SECRET DE FAMILLE

La nouvelle pâte à tarte de HERTA est beaucoup plus épaisse, résultat : le fond présente après cuisson une excellente tenue, cuit à cœur et croustillant. Pâte feuilletée et pâte brisée « Trésor de grand mère », 280g 1,60 €

ŒUFS LABEL ROUGE

Pour bénéficier du LABEL ROUGE, les éleveurs doivent suivre un cahier des charges très strict, les poules doivent être élevées en plein air au nombre de 9 au m², leur alimentation est 100 % végétale et équilibrée, la ponte est limitée...l'environnement est respecté. Vous les reconnaîtrez grâce au logo Label rouge apposé sur l'emballage.

SAVEURS ORIGINALES

Praline, caramel, pain d'épices, miel, les nouvelles moutardes de MAILLE sont surprenantes et délicieuses, idéales pour accompagner des viandes froides ou réaliser des sauces pour le gibier. Moutardes Edition limitée 3,50€ l'unité, 14€ le coffret.

PAUSE DÉJEUNER ÉQUILIBRÉE

Le leader anglais de la soupe fraîche, NEW COVENT GARDEN, propose un format individuel 100% naturel, light, idéal pour un déjeuner rapide au bureau. 3 parfums: carottes et coriandre, poulet thaï, champignons sauvages. Fresh soup, de 2,50 à 2,95€

DES FEUILLES SUR MESURE

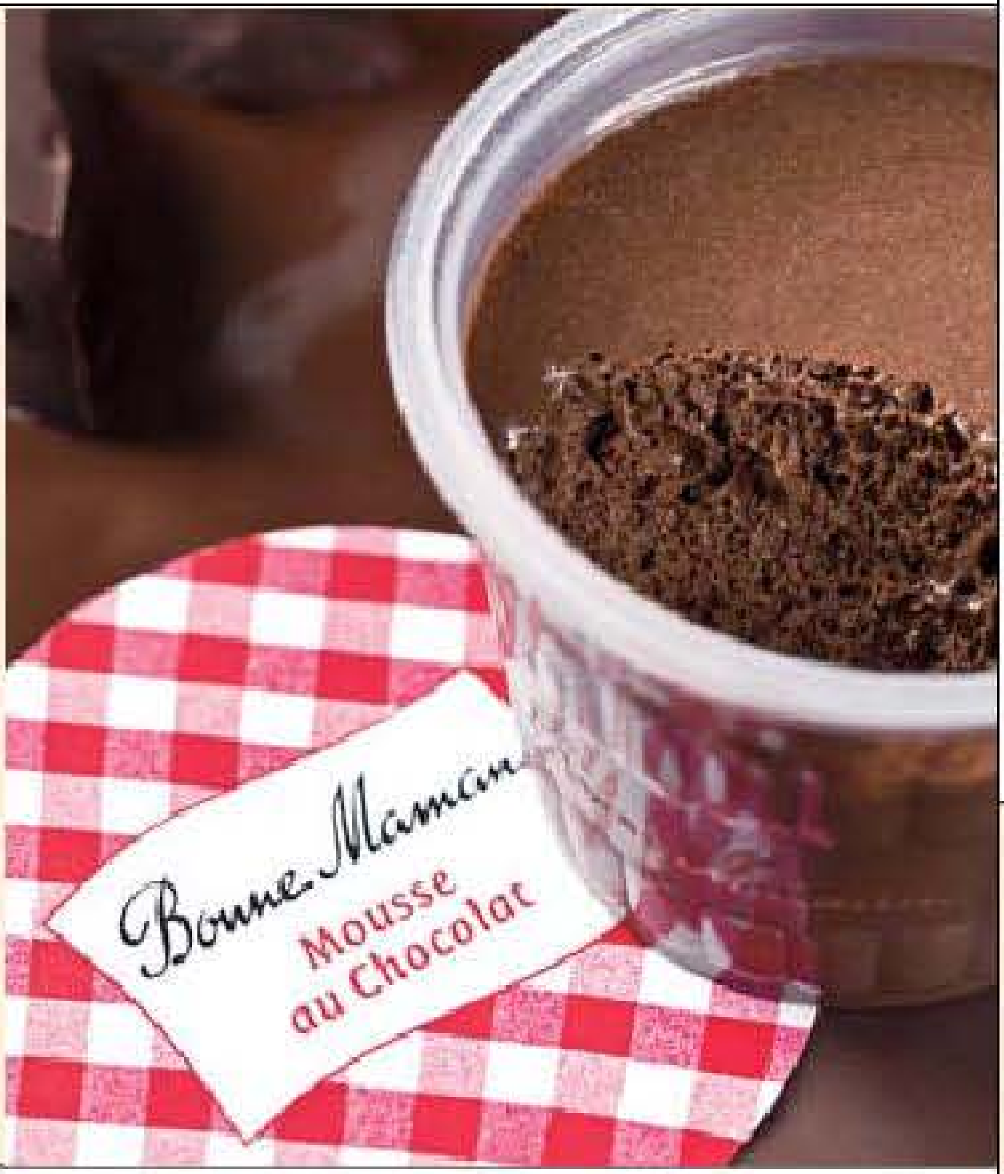
Le nouveau papier cuisson que sort ALBAL est malin et pratique, il est prédécoupé, idéal pour faire vos papillotes mais aussi pour tapisser la plaque du four ou chemiser vos moules, sa surface anti-adhérente dispense d'ajouter de la matière grasse.
Papier cuisson, 16 feuilles (42x38cm) 2,30€

PLAISIR ABSOLU

Ceux qui ont goûté à la gaufre de la maison MEERT attendent avec impatience la nouvelle à venir. Pour cet hiver, une nouvelle recette qui marie 3 saveurs de saison, le beurre salé, la cacahuète et le caramel. Les 6 gaufres collection "Ephémeert" 15€

DESSERTS COMME À LA MAISON

BONNE MAMAN complète sa gamme de desserts.
Riz ou semoule au lait, mousse au chocolat, crème brûlée, et bien d'autres encore vont encore faire le bonheur des gourmands.
Pack de 4 pots de 100 g, à 2,20 €



CHEEEESE !

Chèvre cendré du Berry,Cabécou de la Dordogne et chèvre du Périgord en mini-portions pour varier les plaisirs. Fabriqués dans les laiteries régionales RIANS, et présentés en barquette boisils se dégusteront seul ou dans en salades gourmandes. Mini chèvres de terroir 2,20€ la barquette€

INCROYABLE MAIS VRAI

Des confitures sans cuisson ? Impossible ! C'est compter sans l'esprit d'innovation de DADDY, une confiture, ou plutôt une compote fraîche réalisée en 5 minutes, il suffit de mixer des fruits et ce nouveau sucre et de mettre en pots.
"Ma nouvelle confiture" 200g 1,74€

Cuisinez comme un Chef

PATRICK GAUTHIER

GOUGÈRES BOURGUIGNONNES

GRATIN DE CHAOURCE AUX BELLES DE FONTENAY

Amoureux de son terroir bourguignon, Patrick Gauthier est l'un des premiers chefs à avoir succombé à l'appel du Japon. A Sens, dans sa ville natale, il possède trois maisons, La Madeleine, un gastronomique étoilé, le Crieur de vins, un bistrot de terroir et Miyabi, le dernier né, un petit coin de Japon en pleine Bourgogne.

Cuisinier zen

Points de repère

1961 Naissance à Sens

1977-1979 Apprentissage à Sens

1987 & 1989 Naissance de ses deux fils, Alexandre et Sébastien

1990 Ouverture de « La Madeleine », à Sens

1994 Ouverture du « Crieur de vins » à Sens

1995 Ouverture du « Crieur de vins » à Nagano, au Japon

1999 1ère étoile Michelin pour le restaurant « La Madeleine »

2003 2ème étoile Michelin pour « La Madeleine »

2008 Ouverture du restaurant japonais « Miyabi », à Sens

Votre dernier coup de fourchette ?
Il y a quelques jours à Osaka, au Japon, chez Nakamura.

Votre madeleine de Proust ?
Un coq au vin.

La boisson qui vous rend meilleur ?
Le Chablis.

Un cadeau parfait dans la hotte du Père Noël ?
Un week-end dans un Relais & Château avec mon épouse.

Le premier plat que vous avez réalisé ?
C'était au tout début de mon apprentissage, j'avais à peine 16 ans, et il s'agissait d'un loup en croute façon Bocuse.

Qu'est-ce qui vous met l'eau à la bouche ?
Sur un marché, que ce soit à Rungis ou sur mes petits marchés locaux de Bourgogne, tout me met l'eau à la bouche. Sinon, les odeurs de plats traditionnels, celle d'une blanquette par exemple.

Votre ingrédient fétiche ?
La pomme de terre. J'adore. L'association pomme de terre/homard, pomme de terre/sole. Au japon, j'ai pu déguster des pommes de terre au thé. Le cuisinier met quelques feuilles dans l'eau de cuisson des pommes de terre qui prennent ainsi délicatement le parfum du thé.

Quelle est votre principale qualité ? Et votre plus gros défaut ?
Ma curiosité insatiable est une qualité, je suppose. Pour le défaut, je dirais mon côté brut, nature, un peu excessif.

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Tout simplement la purée de pomme de terre. C'est magnifique.

FRICASSÉE D'ESCARGOTS AU JUS DE PERSIL, RUTABAGAS CONFITS

FILET DE SANDRE À L'IRANCY, ÉTUVÉE DE BLANCS DE POIREAUX

FINANCIERS ET GLACE AU PAIN D'ÉPICES

Votre gourmandise inavouable ?
Les bonbons gélatineux en forme de nounours.

Votre recette de vie ?
Le travail et l'amitié avec mes équipes, ma brigade.

Votre saison préférée ?
L'automne est une saison pleine de magie.

Si vous n'aviez pas été chef, quel métier auriez-vous aimé exercer ?
Pas trop loin de la cuisine j'espère... En y réfléchissant, je dois dire que j'ai un certain attrait pour l'architecture. Au Japon, certains immeubles ne cessent de m'étonner.

Une escapade qui vous fait rêver ?
Le Japon. Plus de vingt ans après mon premier voyage là-bas, ce pays continue de me fasciner.

Si vous étiez un plat ?
Un coq au vin. Ca me ressemble assez.

Votre péché mignon ?
Des huîtres.

Vos adresses secrètes ?
Mon boucher - qui est aussi celui de beaucoup de chefs - à Sens, le formidable Jean Denaux. Pierre Hermé pour son célèbre Ispahan et beaucoup d'autres artisans fabuleux qui nous permettent d'exercer notre passion.

Orianne Nouailhac

GOUGÈRES BOURGUIGNONNES
AVEC UNE SALADE DE CRESSON AU CITRON

▪ POUR 4 À 6 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 15 MM TEMPS DE REPOS : 2 H

▪ PRÉVOIR : 1 POCHE À DOUILLES RONDE DE 5MM

À vos paniers

- 60 g d'emmental ou à défaut de comté taillé en petits dés de 3 mm
- 1 botte de cresson
- 1/2 jus de citron jaune
- 5 oeufs
- 1/4 de litre de lait entier
- 100 g de beurre
- 150 g de farine tamisée
- 1 rapure de noix de muscade
- 1 pointe de couteau de poivre de Cayenne
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

①

②

③

④

1 Mettre 1 c. à s. d'eau dans une casserole, ajouter le lait, le beurre bien froid, la muscade, le poivre, 1 petite pincée de sel puis porter à ébullition. Dés que le lait bout, baisser la température de la plaque de cuisson et sur feu très doux, voir hors du feu, incorporer la farine tamisée en mélangeant bien afin d'obtenir une panade. Sur feu légèrement plus fort, dessécher cette panade, dés qu'elle se décolle bien des parois de la casserole, elle est prête.

2 Hors du feu, bien incorporer à cette panade 4 oeufs entiers, les uns après les autres, à l'aide d'une spatule en bois. Ajouter les 60 g de petits dés d'emmental, bien mélanger. Cet appareil de pâte à choux peut se réaliser éventuellement 1 à 2 h avant son utilisation, le réserver alors recouvert d'un film ou d'un linge.

3 Préchauffer le four à 180-200°C. Remplir la poche à douille d'appareil à pâte à choux et coucher les choux sur une plaque anti-adhésive allant au four, compter 18 pièces. Dorer les choux à l'œuf battu légèrement salé. Enfourner et laisser cuire pendant 15 min.

4 Ne prélever que le cœur de la botte de cresson. Laver les feuilles et les égoutter. Dans un saladier, verser la moitié d'un jus de citron jaune, ajouter une pincée de sel, poivrer, puis ajouter 3 c.s à s. d'huile d'olive. Ajouter le cresson juste avant de sortir les gougères du four en mélangeant délicatement. Dresser la salade de cresson assaisonnée au centre d'un plat de service et disposer les gougères autour.

ebooks-land.net

Conseils de chef

▪ Eviter d'ouvrir la porte du four pendant la cuisson des gougères. Si vous n'avez pas une porte de four vitrée, attendre au moins 10 min avant de contrôler la cuisson.

▪ Le reste des feuilles de la botte de cresson peut être utilisé pour une autre recette, un potage par exemple.

A déguster avec

▪ Un côtes du Jura blanc issu du cépage chardonnay, à la bouche riche et chaleureuse.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

FRICASSÉE D'ESCARGOTS
AU JUS DE PERSIL ET RUTABAGAS CONFITS

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 4 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 12 MINUTES

À vos paniers

- 1/2 verre de Chablis
- 36 escargots de Bourgogne
- 2 rutabagas ou à défaut 2 navets pelés et taillés en petits dés
- 100 g de persil plat bien lavé et équeuté
- 2 échalotes ciselées finement
- 1 gousse d'ail hachée finement
- 70 g de beurre
- 1 pincée de sucre
- 3 dl de bouillon de volaille
- Sel et poivre

Conseils de chef

▪ En fin de cuisson des rutabagas tout le bouillon doit s'être évaporé. Si ce n'est pas le cas, augmenter la température en prenant soin de ne pas brûler les rutabagas.

▪ Etre très attentif en fin de glaçage des rutabagas afin d'éviter une caramélisation excessive qui apporterait de l'amertume.

A déguster avec

▪ Un Chablis premier cru par exemple, je pense notamment à celui de chez Vincent Dauvissat, toujours très élégant.

①

②

③

④

⑤

1 Découper un cercle de papier sulfurisé du diamètre de la cocotte, l'inciser sur les côtés. Faire suer les dés de rutabagas dans 20 gr de beurre, saler, ajouter une pincée de sucre puis mouiller à hauteur avec 1,5 dl de bouillon de volaille, porter à ébullition. Disposer le cercle de papier sulfurisé sur les rutabagas et cuire à frémissement 10 min.

2 Blanchir le persil plat dans l'eau bouillante salée et compter 2 bonnes min de cuisson en serrant une feuille de persil plat entre les doigts, celle-ci doit s'écraser. Le plonger dans de l'eau bien froide pour le rafraîchir et égoutter.

3 Réserver les rutabagas sur feu éteint toujours recouverts du papier sulfurisé. Porter à ébullition 1,5 dl de bouillon de volaille. Mixer le persil égoutté avec le bouillon bouillant, saler et bien poivrer, mixer à nouveau, ajouter 20 g de beurre bien froid et mixer. Maintenir cette sauce au chaud sur feu très doux, ne surtout pas la laisser bouillir.

4 Faire fondre 30 g de beurre, ajouter les escargots, bien enrober du beurre, compter 2-3 min de cuisson, ajouter les échalotes ciselées, 1/3 de la gousse d'ail hachée, poivrer, bien mélanger, verser 1/2 verre le Chablis, donner une bonne ébullition et éteindre le feu.

5 Dans 4 assiettes individuelles, répartir les rutabagas, ajouter à côté 2-3 c. à s. de jus de persil et les escargots bien chauds.

Ebooks-land.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

GRATIN DE CHAOURCE
AUX BELLES DE FONTENAY

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2,50 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 40 MINUTES

À vos paniers

- 1 chaource de 500 g
- 6 pommes de terre belle de Fontenay
- 1 gousse d'ail
- 4 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse ou liquide
- 20 g de beurre pommade
- Sel et poivre

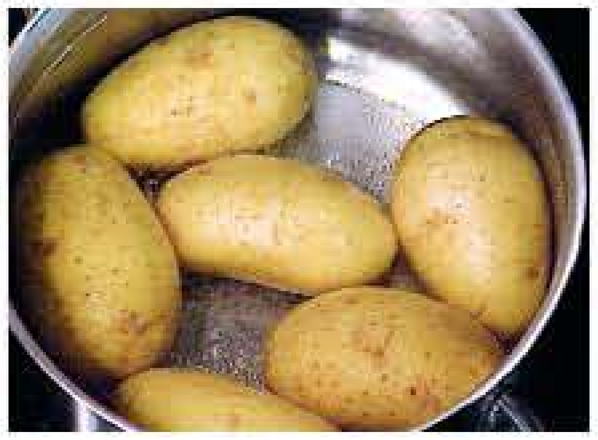
Conseils de chef

▪ Souvent les pommes de terre collent à la lame du couteau lorsqu'on les coupe, l'astuce afin d'éviter ce phénomène est de tremper la lame dans de l'eau, toutes les 2 ou 3 tranches.

A déguster avec

▪ Un coteaux champenois blanc à l'attaque nerveuse.

(1)



(2)

(3)

(4)

(5)

1 Bien laver les pommes de terre non pelées. Les disposer dans une casserole assez grande, bien les recouvrir d'eau froide, ajouter un peu de gros sel et compter 30 min de cuisson à frémissement. Vérifier la cuisson des pommes de terre en les piquant avec la pointe d'un couteau, celle-ci doit s'enfoncer facilement.

2 Peler une gousse d'ail, la fendre en deux dans la longueur puis la dégermer. Frotter l'intérieur d'un plat à gratin avec le côté fendu de la gousse d'ail. Beurrer ensuite grassement l'intérieur de ce plat avec 20 g de beurre pommade à l'aide d'un pinceau.

3 Lorsque les pommes de terre sont cuites, les peler encore chaudes, puis les couper en rondelles de 3 mm d'épaisseur. Couper le chaource en tranches à peu près de la même épaisseur que les tranches de pommes de terre.

4 Monter le gratin en alternant une rangée de pomme de terre, une tranche de chaource, poivrer entre chaque tranche de chaource. Recouvrir de 4 c. à s. de crème fraîche épaisse.

5 Glisser le gratin dans le four préchauffé à 240°C pendant 10 à 12 min, le gratin doit être bien chaud à l'intérieur et gratiné sur le dessus. Servir ce gratin de chaource aux belles de Fontenay en accompagnement d'une viande blanche, d'une volaille ou d'un veau rôti par exemple, ou tout simplement avec une salade.

Ebooks-land.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

FILET DE SANDRE
À L'IRANCY ÉTUVÉE DE POIREAUX

▪ POUR 3 PERSONNES ▪ ENVIRON : 6 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : < 30 MINUTES ▪ CUISSON : 13 MINUTES

À vos paniers

- 3 morceaux de filet de sandre
- 3 blancs de poireau
- 1 échalote hachée finement
- 3 brindilles de thym
- 3 petites feuilles de laurier
- 6 tranches de poitrine de lard fumé coupées finement
- 130 g de beurre
- 1 dl de crème liquide
- 2 dl d'Irancy
- 1 dl de fumet de poisson
- Sel et poivre

Conseils de chef

■ Il faut savoir que le vin rouge dans les sauces facilite la digestion.

■ Ne pas conserver le vin ayant servi à la cuisson des morceaux de sandre.

A déguster avec

■ Je crois qu'un Irancy gouleyant et fruité s'impose.

1 Mettre l'échalote dans un poêlon, verser dessus 1 dl d'Irancy, porter à ébullition et laisser réduire à sec. Mouiller avec le fumet de poisson, laisser réduire pratiquement à sec, il doit rester la valeur de 2 c. à s. de vin rouge. Ajouter ensuite la crème liquide puis incorporer petit à petit, 80 g de beurre bien froid coupé en petits morceaux dans la sauce à peine à frémissement, rectifier l'assaisonnement. Saler, poivrer.

①

2 Préchauffer le four à 200°C. Eliminer les feuilles abîmées et les racines de 3 blancs de poireau. Les tailler en sifflet, les laver délicatement puis les égoutter. Faire suer 2,3 min le poireau avec 40 g de beurre et une pointe de sel. Réserver sur feu éteint.

②

3 Saler et poivrer le sandre sur toutes les faces. Disposer sur chaque morceau 1 brindille de thym et 1 feuille de laurier. Surmonter de deux tranches de lard et rabattre les extrémités sous les morceaux de poisson.

③

4 Déposer les filets dans un plat de cuisson légèrement beurré, ajouter 1 dl d'Irancy et recouvrir d'1 feuille d'aluminium. Enfourner 10 min.

④

5 Réchauffer avec précaution, les poireaux et la sauce. Dresser les sifflets de poireau au centre d'un plat de service, verser la sauce tout autour puis disposer délicatement les filets de sandre sur les poireaux.

⑤

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Jouez et gagnez

cet ensemble de plats

d'une valeur de **116 €**

PYREX®

elegance

pour cuisiner vos plus belles recettes !

Pour participer

téléphonez au **0 892 68 98 68*** et répondez à la question suivante :

Dans quel(s) matériau(x) existe la gamme Pyrex Elegance?

1. En verre **2.** En métal anti-adhésif **3.** En verre et en métal anti-adhésif

www.pyrexelegance.fr

Pyrex est une marque appartenant à Corning Inc.,utilisée sous licence. RCS Châteauroux 399 311 315
0,34 €/min (Sté A.A.D). Jeu gratuit sans obligation d'achat. Dans la limite des stocks disponibles - Extrait de règlement p.115

FINANCIERS
ET GLACE AU PAIN D'ÉPICES

- **POUR 4 PERSONNES** ▪ **ENVIRON : 2,50 € PAR PERSONNE**
- PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 10 MINUTES
- TEMPS DE REPOS : 12 HEURES
- PRÉVOIR : UNE DOUZAINE DE MOULES À FINANCIER

À vos paniers

- 100 g de pain d'épice
- 1/2 litre de lait
- 5 oeufs
- 75 g de sucre semoule
- 100 g de sucre glace
- 1 cuillère à soupe de miel
- 120 g de beurre
- 40 g de farine tamisée
- 40 g de poudre d'amande
- 1 pincée de sel

A déguster avec

Un Rivesaltes tuilé avec ses notes de pain d'épices qui se marieront parfaitement avec ce dessert.

1 Verser 1 c. à s. d'eau dans une casserole, ajouter le lait et porter à ébullition. Baisser la température et le maintenir au chaud sur feu très doux.
Mettre les jaunes d'oeuf dans un saladier et tout en fouettant, incorporer le sucre semoule.
Travailler vivement à l'aide du fouet ce mélange jusqu'à ce qu'il blanchisse et augmente de volume.
Délayer ensuite ce mélange en incorporant, à l'aide d'un fouet, une à deux louches de lait bien chaud, ce qui permet d'avoir un appareil beaucoup plus liquide.
Transvaser ensuite cet appareil dans la casserole de lait, chauffer, surtout sans faire bouillir et sans cesser de remuer à l'aide d'une spatule, jusqu'à amener cette crème à nappe, dés qu'elle commence à épaissir la retirer du feu. Passer la crème à travers un chinois ou une passoire très fine.

2 Couper le pain d'épice en gros dés. Les ajouter dans la crème glacée, bien les immerger.
Laisser refroidir ce mélange, le filmer et l'entreposer au réfrigérateur.
Laisser infuser au moins 2h, l'idéal étant de réaliser cette préparation la veille.

3 Faire fondre 100g de beurre noisette. Retirer du feu et laisser tiédir. Mélanger, à l'aide d'un fouet, la farine tamisée avec la poudre d'amande et le sucre glace.
Fouetter 3 blancs d'oeuf avec 1 pincée de sel jusqu'à ce qu'ils moussent légèrement.

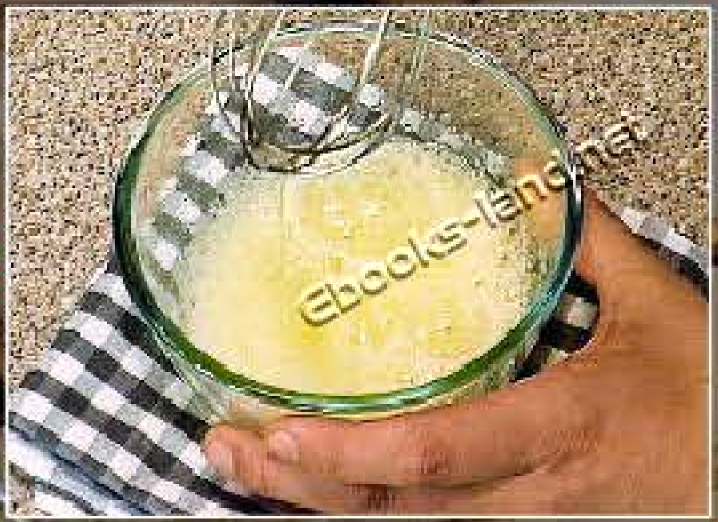
4 Incorporer les blancs d'oeufs au mélange farine-poudre d'amande-sucre glace.
Ajouter le beurre tiède et enfin le miel.
Filmer cet appareil et le laisser reposer au réfrigérateur au moins 4 h. Préchauffer le four à 200°C.

5 Beurrer les moules, les garnir à ras bord de l'appareil et les disposer sur une plaque.
Enfourner et cuire 10 min. Les démouler encore chauds et les déposer sur une grille pour qu'ils restent moelleux.

6 Bien mixer la crème et la turbiner en sorbetière.
Servir en accompagnement des financiers.

1

2

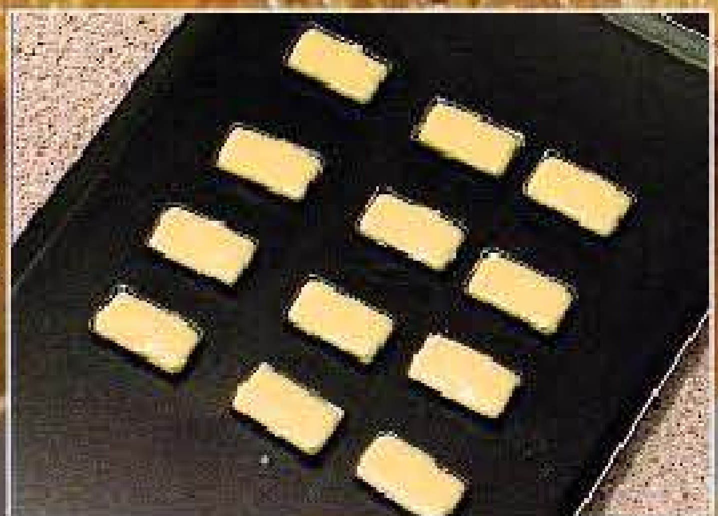
3


Conseils de chef

- Le lait attache souvent au fond des casseroles. Pour éviter ce phénomène, verser 1 c. à s. d'eau dans la casserole avant de verser le lait.
- Pour vérifier la prise de la crème glacée, tremper une cuillère à soupe dedans, passer le doigt sur le dos de la cuillère, si la crème est prise, la trace du doigt demeure et la crème ne coule pas. Il est préférable de déguster la glace aussitôt faite, éviter de la congeler, vous risqueriez d'être déçu.

4

5



6

Ebooks-land.net

Par Francis Batt

Esprit Montagne

LE SERVICE 2 FONDUES

Ce service à fondue se compose d'un caquelon, d'une collerette, d'un réchaud, de 6 fourchettes et d'un brûleur. Savoyarde avec la collerette ou bourguignonne sans la collerette.
Rouge cerise. 174€

♥ On aime : son look rustique mais élégant.

BRASERO MULTIFONCTIONS

Permet de griller des châtaignes, cuire en papillotes, faire une pierrade, des crêpes, faire griller viandes, brochettes ou saucisses en un tour de main.
FIGUI Diamètre de 25cm.
600 W. 69,90€

♥ On aime : son rapport qualité prix.

LE KIT MULTI FONDUE INOX

Le nouveau kit à fondue de chez CRISTEL se monte en quelques secondes. Ce kit se compose d'un support démontable, d'une collerette de fondue bourguignonne, d'un brûleur, de 6 fourchettes et d'un poêlon de 16 cm de diamètre 177€.
Ce kit peut se compléter avec le wok amovible avec revêtement anti-adhérent Excalibur de 28 cm de diamètre qui permet de réaliser de délicieuses fondues chinoises.
165€

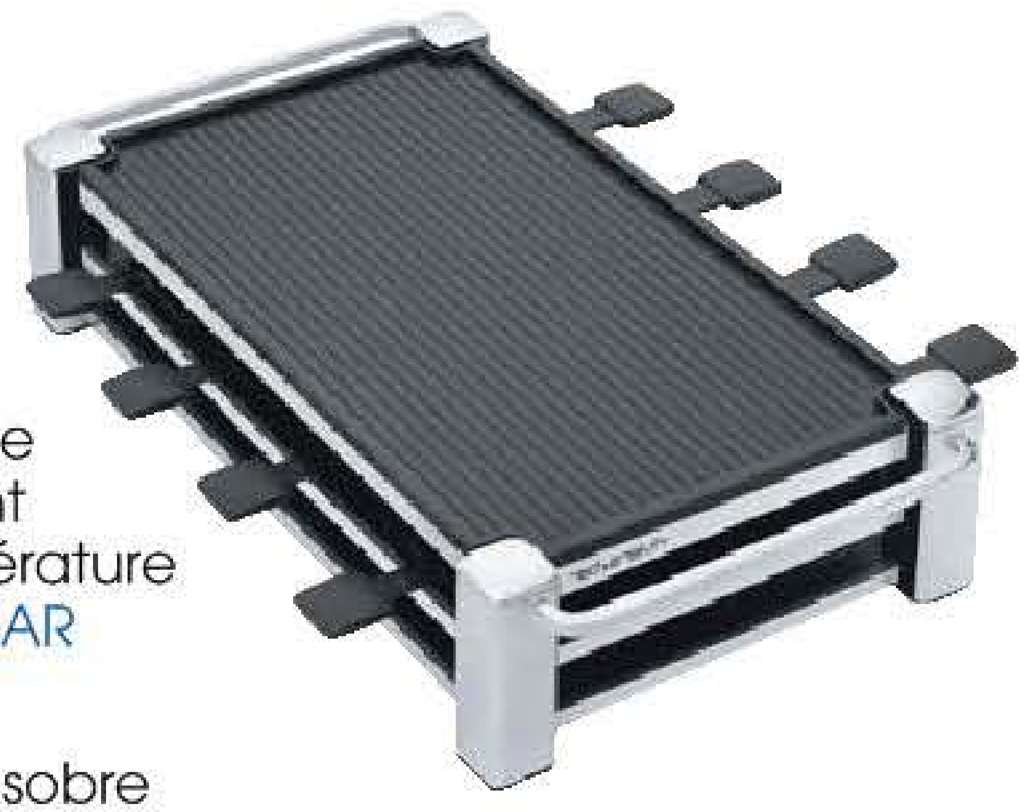
♥ On aime : son coté design et facile à ranger.

LA RACLETTE ET PIERRADE

Pour 8 personnes, cette raclette pierrade vous permettra de passer d'excellents moments.
34x22x11,5 cm. 139,50€

♥ On aime : son coté petit mais convivial.

RACLETTE GRILL



Ce combiné « raclette grill » pour 8 personnes est équipé d'une plaque de grill avec revêtement antiadhésif avec température réglable. RIVIERA AND BAR 1500 W. 139,90€

♥ On aime : son design sobre et élégant en métal massif.

MINI FONDUE CHOCOLAT

Pour un dessert original et gourmand en toute simplicité pour 4 personnes.
14,90€

♥ On aime : son prix doux.

CHOCO LATTE

Jamais la préparation de chocolat chaud n'a été aussi « simplissime ». Ce nouveau concept de machine est dédié aux amateurs de boissons chocolatées de haute qualité. Bol de 1,5 litres avec robinet verseur.
KENWOOD 750 W. 49,90€

♥ On aime : son coté pratique et simple d'utilisation.

LA PLANCHA DE TABLE

Grill double face : une rotation de l'appareil permet de choisir la surface pour les poissons et la pierrade ou la surface rainurée pour les viandes grillées. Rangement vertical.
FIGUI 2000 W. 109,90€

♥ On aime : son rangement pratique.

Ebookland.net

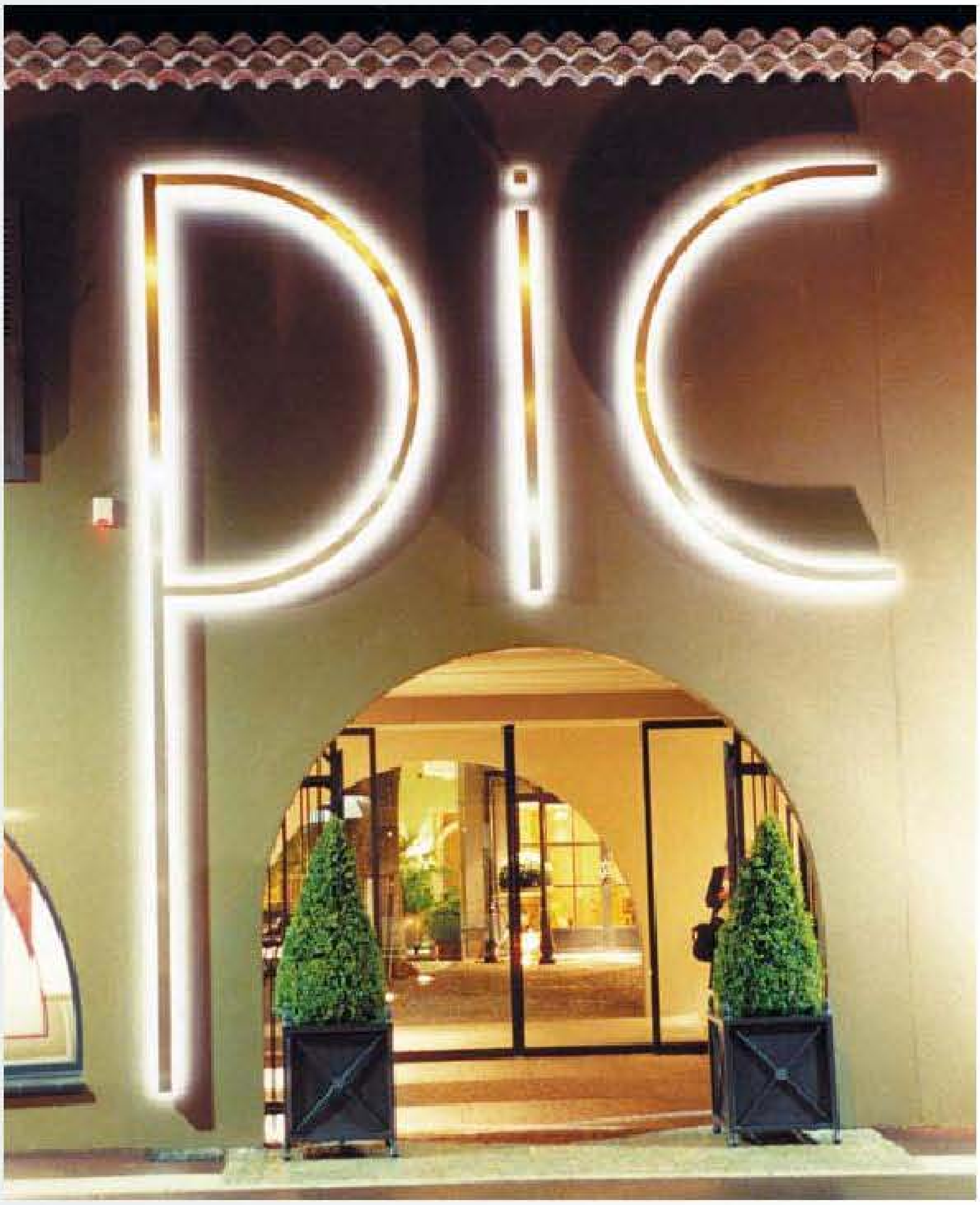
Anne-Sophie Pic, le chef est une femme

Quand on lui demande de se définir, cette jeune femme à l'apogée de son art, seule femme à détenir trois étoiles Michelin en France, répond le plus simplement du monde : je suis cuisinière...

Ebooks-land

Par Marie-Caroline Malbec

L'excellence en héritage



Dans le milieu très restreint de la haute cuisine, la famille Pic tient depuis quatre générations une place prépondérante.

Que ça rende les choses plus faciles pour reprendre le flambeau n'est pas si évident, surtout quand on a suivi des études de gestion, surtout quand on est une femme.

Anne-Sophie Pic a grandi dans la maison familiale puis s'en est allée suivre la voie qu'elle avait choisie. Le monde des affaires l'attire, le stylisme la passionne, elle va passer quelques années en France et à l'étranger pour apprendre ces métiers.

C'est compter sans ses racines, bientôt la fibre culinaire se réveille doucement en elle, presque à son insu.

Elle rentre à Valence, accompagnée de celui qu'elle a rencontré en route et qui deviendra son mari et plus fidèle allié, David Sinapian, son père Jacques, l'un des plus grands chefs français d'alors, triplement étoilé, l'accueille près de lui en

cuisine pour la former.
Le destin en décide autrement, Jacques Pic disparaît quelques mois après, laissant à ses deux enfants la lourde charge de garder à la Maison Pic sa réputation d'excellence.
Son frère, alors en cuisine avec son père en reprend tout naturellement les commandes, elle gère le fonctionnement de l'établissement.
L'organisation ne va pas donner les résultats espérés, la perte de la troisième étoile va tout remettre en cause.
Cette fois c'est Anne-Sophie, poussée par sa mère, soutenue par son mari, qui devient chef de cuisine.
Le défi est lourd à relever, mais cette toute jeune femme bien que timide et réservée va révéler des trésors d'énergie, de ténacité, de concentration et surtout un véritable talent pour la cuisine.
Petit à petit s'esquisse dans son travail acharné le portrait d'une grande cuisinière.

Un volonté hors pair

Déterminée, Anne-Sophie décide d'ignorer les obstacles, pourtant multiples qui se dressent sur son passage.
Certes les Pic ont une solide réputation de qualité, mais si le nom est reconnu, il lui faut imposer son prénom, le métier est dur, exténuant, c'est pourquoi les

Ebooks-land.net

femmes y sont rares.
Complètement autodidacte, elle dépense une énergie hors du commun pour trouver ses marques et les imposer à son entourage.
Jour après jour, la frêle silhouette occupe son poste de chef. Concentrée sur sa tâche, sans faillir, sans compromis d'aucune sorte, toute occupée à retrouver dans sa mémoire des émotions, des goûts et des odeurs qu'elle a envie de transformer et de faire partager.
C'est principalement sur ce patrimoine enfoui au plus profond d'elle-même qu'elle va s'appuyer. Son enfance, ses découvertes gustatives au cours de ses voyages, son itinéraire personnel remontent pour lui offrir la palette qui l'aide à dessiner sa cuisine.

Le retour de l'étoile perdue

Et progressivement, calmement, elle trouve son style, des plats où se mêlent des saveurs et des textures inattendues, à la présentation épurée. Elle privilégie les produits des producteurs locaux avec lesquels elle entretient des relations étroites, les ingrédients glanés ailleurs viennent les souligner comme un discret trait de crayon dans une phrase vient appuyer un mot.Son approche est claire, franche, précise.
A cela il faut ajouter une parfaite maîtrise des cuissons et une grande justesse dans les assaisonnements. Bref, une technique irréprochable pour quelqu'un formé sur le terrain…
Autre point fort : sa capacité à choisir des personnes avec lesquelles elle peut travailler en toute confiance . Son équipe, jeune et performante, est animée de la même volonté de perfection.

Le calme et la sérénité qui règnent dans la cuisine pendant les services en sont la meilleure preuve et l'un de ses points forts.Toutes ces qualités ne sont pas restées longtemps ignorées, la troisième étoile est enfin arrivée en 2007 pour les récompenser. Cette année-là, elle a également été nommée « Chef de l'année », la reconnaissance suprême accordée par ses pairs.

La rénovation, la progression, la transmission

Passionnés de décoration, d'art et d'architecture, Anne-Sophie et David ont décidé de créer un cadre qui leur corresponde .

Depuis leur arrivée, petit à petit, ils ont tout rénové, et de la vieille bâtisse située en bordure de la nationale 7 a surgi une nouvelle maison aux lignes résolument contemporaines.
L'hôtel, sobre, confortable, raffiné et un bistrot, clair et moderne, « le 7 », une école de cuisine, SCOOK, sont venus s'ajouter au fil des ans au restaurant gastronomique.
Enfin, gardons le meilleur pour la fin, en 2005, Anne-Sophie est devenue maman d'un petit Nathan. De ce jour, elle dit, des étoiles plein les yeux, « qu'il est le plus beau jour de sa vie ». Elle ajoute dans un sourire d'une bien jolie douceur : « la maternité m'a apporté une grande tranquillité, je suis plus assurée, plus sereine et ma cuisine s'en est enrichie ».
Que Sophie, André et Jacques Pic, les pionniers de la réputation familiale reposent en paix, l'avenir est assuré.

ENTRÉE

LE RIS DE VEAU
pomme rôtie au sautoir transparence et fondant de carotte à la lavande

POUR 4 PERSONNES

À vos paniers

- 1 pomme de ris de veau taillée en 4 (soit env. 80 g par personne)
- 15 pièces de carotte
- 1 g de lavande
- 3 g d'agar-agar
- 50 g de beurre doux
- 20 g de beurre clarifié
- sel fin
- sel de Maldon
- PM lavande séchée hachée
- 5 cl de fond blanc
- 2 cl de jus de carotte
- 2 cl de jus de veau

PROGRESSION

1 Blanchir le ris de veau durant 2 minutes puis mettre sous presse pendant une nuit. Eplucher les ris de veau. Colorer au beurre clarifié puis ajouter à mi-cuisson le beurre doux. Arroser cuire à coeur à 55°C. Laisser reposer 5 minutes. Glacer le ris de veau avec le jus de veau et poursuivre la cuisson à 65°C.

2 Tailler les carottes à la mandoline assez finement (environ 2 mm d'épaisseur). Les cuire dans le fond blanc, les lamelles doivent rester fondantes. Tailler les tranches en bandes de 0,5 cm de large.

3 Centrifuger 10 carottes. Mélanger 225 g de jus de carotte avec 0,5 g de lavande finement hachée. Ajouter 2,4 g d'agar-agar. Porter à ébullition puis couler sur un plateau (de même épaisseur que les carottes), tailler en bandes de même taille que les carottes.

4 Monter en intercalant une bande de chaque. Tailler à l'emporte pièce à la taille 10

DRESSAGE ET FINITION

Chauffer le montage, le lustrer avec un peu de gras de jus de veau. Dessiner autour un cercle de jus de veau. Déposer sur le montage le ris de veau glacé et parsemer d'un peu de lavande hachée et de sel de Maldon.

TOUR DE MAIN DE **MARINA GOBET**

La confiture de lait

1 Verser 400g de lait concentré non sucré dans une casserole et faire chauffer sur feu doux. Quand le lait commence à bouillir, verser en pluie 200g de sucre cristal et 1 cuillère à café rase de bicarbonate. Mélanger sans cesse à l'aide d'une spatule en bois.

2 Après une dizaine de minutes de cuisson, de l'écume se forme et le mélange devient brun clair.

3 Continuer la cuisson toujours en mélangeant sans cesse sur feu doux. Après 20 minutes de cuisson, vérifier la texture de la confiture en soulevant la spatule. Une goutte épaisse doit tomber lentement. Retirer du feu.

4 Faire refroidir le mélange et retirer délicatement l'écume à l'aide d'une cuillère.

5 Verser la confiture dans un pot de et fermez-le immédiatement. Conserver à température ambiante. A déguster avec des crêpes, des sablés … ou pour garnir des gâteaux maison.

Ebooks-land.net

Par Jeanne Berny

HIGH-TECH

SIGNÉ GAGNAIRE

Une nouvelle table à induction pensée par le célèbre chef, Pierre Gagnaire, après avoir été sceptique quant à cette méthode de cuisson, a été convaincu par la subtilité de ses variations de cuisson et très enthousiaste. Il l'a donc voulue avec une large zone de cuisson, performante et élégante.Un texte met en lumière la musique des mots de sa carte d'automne.

DE DIETRICH série limitée 1400,00€

ESTHÉTIQUE ET TECHNIQUE

Un petit micro-ondes rouge métallisé pour illuminer et donner du style à la cuisine. Il permet de réaliser des plats vitesse grand V, l'esthétique associée à la technique avec une fonction Jetfrost pour décongeler plus vite et une autre Vapeur pour des plats au moelleux incomparable, une réussite !
En édition limitée pour ceproduit spécial Saint Valentin.

WHIRLPOOL « I love Max » 190€

COMME UN PRO

Avoir une cuisine équipée comme celle des grands chefs ? un réfrigérateur sous plan à tiroirs, beaucoup en rêvent, le voilà aujourd'hui pour les particuliers . Deux tiroirs, tout inox, s'ouvrent totalement pour un accès et une visualisation rapide des aliments. Ils offrent une capacité totale de 164 litres. Le tiroir du bas, d'une grande profondeur, permet un stockage des bouteilles de vin par exemple. La température peut se régler de 0,6 °C à 7,2 °C et être visible à tout moment grâce à un affichage numérique. VIKING Réfrigérateur EVURD 4 830€

CAVE DE POINTE

Cette cave, ayant une capacité de stockage de 188 bouteilles, est l'appareil idéal pour les amateurs de vins. Elle est dotée de toutes les caractéristiques nécessaires à une excellente conservation (gestion électronique de la température et de l'hygrométrie, filtre anti-uv, système anti-vibrations, ventilation avec filtre à charbon). Ses 3 compartiments répondent à toutes les exigences: vieillissement (10-14°C), mise à température (6-10°C), chambrage (16_20°C). Comme toujours chez KITCHENAID, le design est très soigné: acier pour la carrosserie (Inox antitrace) et bois pour l'intérieur (clayettes coulissantes).
Affichage digital.
Dimensions:
H 179,5 x L 65,8 x 76 cm.
Cave à vin KRVC 6500€

RESPECT !

Une nouvelle génération de lave-vaisselle vient d'arriver sur le marché : un produit qui prend en compte et respecte l'environnement avec des économies substantielles d'eau (29%) et d'électricité (20 %) par rapport aux gammes basiques. Sans oublier l'extrême confort à vivre apporté par un niveau sonore proche de zéro…
BOSCH « Active Water Super Silence » 999, 00€

FOUR XXL

Tête d'affiche d'un nouvel art de vivre, ce four est ultra-performant à tous les niveaux : design, résultats de cuisson, confort et gain de temps. Grâce à lui, l'horizon de la cuisson s'élargit ! Il offre la plus grande capacité du marché (dans les dimensions standard 90 x 48 cm) avec 85 l de volume utile et combine toutes les technologies de pointe mises en oeuvre dans le domaine de la cuisson.
MIELE four Panorama
Miele H 5981 BP 6 499,00€

Cuisinez comme un Chef

MARC MEURIN

TARTE À LA BIÈRE

BEIGNETS DE MAROILLES

Bienvenue chez le Ch'ti

Fidèle à son terroir, Marc Meurin gravite autour de son berceau natal et réalise une belle cuisine étoilée dans un château du XVIIIe siècle. Un univers simple et poétique à la fois, à l'image de l'homme.

Points de repère

- **1953** Naissance à Lens
- **1970** CAP à l'Ecole hôtelière de Lille
- **1973** Ouverture de son premier restaurant
- **1986** Ouverture du restaurant « Marc Meurin » à Béthune
- **1992** 1ère étoile Michelin à Béthune
- **1998** 2ème étoile Michelin
- **2005** Marc Meurin quitte Béthune pour le château de Beaulieu, à Busnes.
- **2005** Le restaurant « Marc Meurin » conserve sa 2ème étoile au château de Beaulieu
- **2006** Ouverture du restaurant fusion « Jardin d'Alice », au château de Beaulieu

Votre dernier coup de fourchette ?
Au château d'Audrieu, dans le Calvados, un endroit magique.

Votre madeleine de Proust ?
Les crêpes suzettes au Grand Marnier. C'est délicieux, ça sent merveilleusement bon et en plus, c'est un cérémonial, avec le flambage. Quant à la réaction des gens dans la salle de restaurant, c'est toujours un plaisir.

La boisson qui vous rend meilleur ?
Le vin rouge globalement, le Bordeaux en particulier.

Le premier plat que vous avez réalisé ?
J'étais jeune marié, j'avais vingt ans et j'ai voulu épater mes beaux parents avec un lapereau au chocolat. Je n'ai jamais su s'ils avaient aimé...

Qu'est-ce qui vous met l'eau à la bouche ?
Une poularde de Bresse au vin jaune, des saint jacques, une fondue de poireaux au saumon fumé mais aussi tous les beaux produits que m'apportent mes fournisseurs.

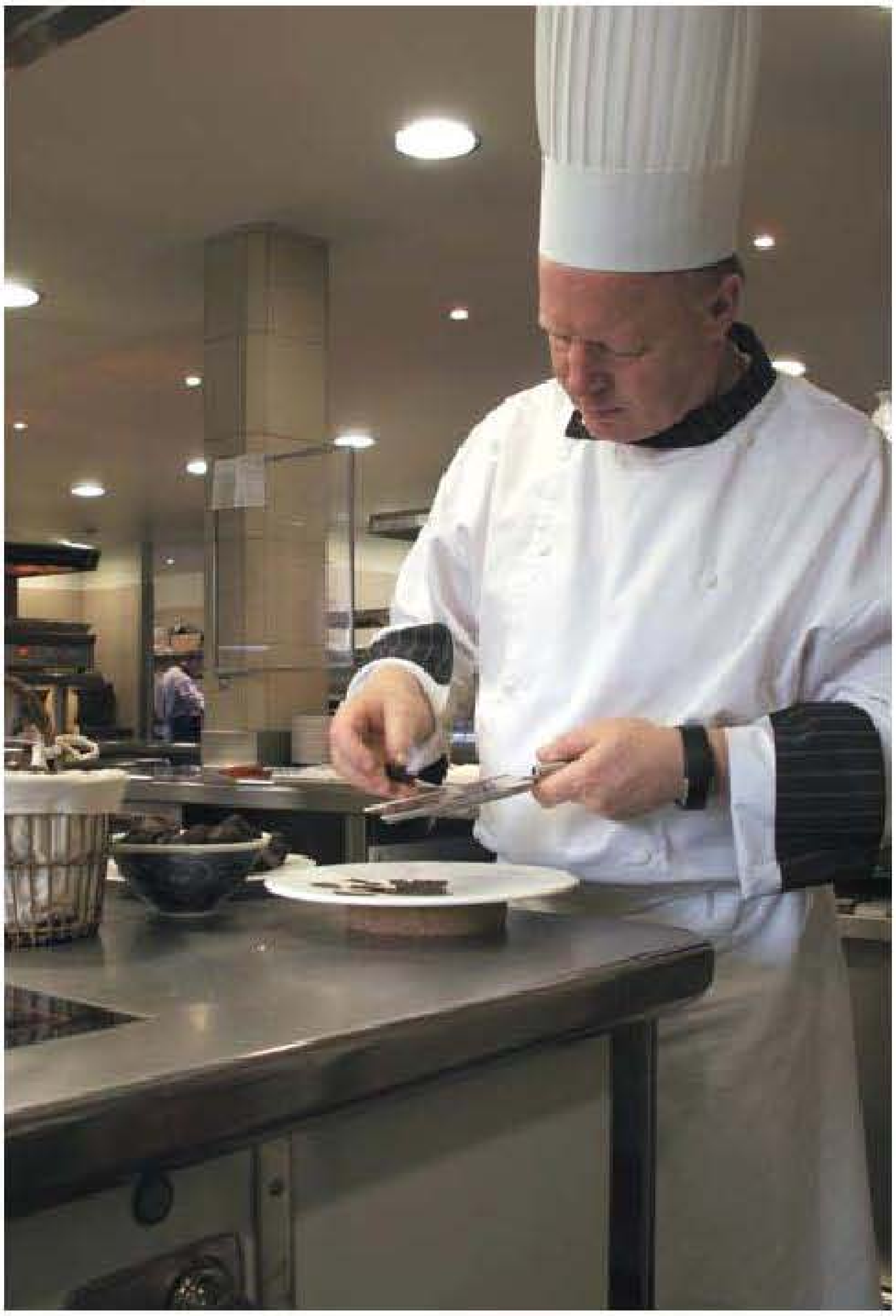
Votre ingrédient fétiche ?
J'adore les poivres. Vous savez qu'il en existe des milliers et autant de faux. C'est une épice merveilleuse qui illumine la cuisine, j'en utilise beaucoup. Sinon, mes ingrédients fétiches du moment sont les poireaux et les chicons.

Quelle est votre principale qualité ? Et votre plus gros défaut ?
Je dirais que j'ai la capacité de repérer en une seconde le micro-détail qui cloche, dans une pièce comme dans une assiette. Le défaut, ce serait mon obsession de la perfection et de l'hygiène, de la propreté la plus absolue.

POT-AU-FEU DE RATTES AUX MOULES

ROUELLES D'ANDOUILLETTE PANÉES EN SALADE D'ENDIVES

PARFAIT GLACÉ À LA CHICORÉE, SIROP DE GENIÈVRE



Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Celui qui a inventé le feuilletage est un malin. Mais il y a autre chose : les pâtes ! C'est simple et magnifique. D'ailleurs qui, des chinois ou des italiens, les a inventées ?

Votre gourmandise inavouable ?
Elle est très avouable : c'est le chocolat, je ne résiste pas.

Si vous étiez un plat ?
Des endives à la flamande.

Votre recette de vie ?
Le partage.

Si vous n'aviez pas été chef, quel métier auriez-vous aimé exercer ?
J'ai profondément besoin de la nature, d'être entouré d'arbres, de végétation. Au château de Beaulieu, je suis servi, il y a un parc de cinq hectares. Si je n'avais pas été chef, j'aurais aimé être horticulteur, travailler dans des jardins.

Votre péché mignon ?
Un verre de très bon vin le soir après le service. Le sommelier me fait découvrir des crus différents. C'est un moment de détente après le coup de feu, un moment plaisir.

Le don de la nature que vous auriez aimé avoir ?
Les écrivains me fascinent. J'aurais aimé avoir une immense culture et un don pour l'écriture.

Votre saison préférée ?
Le printemps : l'homme s'éveille, en même temps que son jardin, au sortir de l'hiver. Les asperges et les morilles pointent le bout de leur nez.

Une escapade qui vous fait rêver ?
L'Italie, éternellement. J'aime leur cuisine, leur culture, leur sensibilité, leur sens du bon vivre.

Si vous étiez un plat ?
Des endives à la flamande.

Vos adresses secrètes ?
Mes petits producteurs de la région mais aussi tous les bistros typiques des Flandres où l'on aime tant s'attabler pour déguster une tarte au sucre. Et s'il ne fallait citer qu'une seule maison à Lille, je dirais la pâtisserie Meert pour ses délicieuses et inimitables gaufres.

Orianne Nouailhac

TARTE
À LA BIÈRE

▪ **POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE**

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 37 MINUTES ▪ TEMPS DE REPOS: 1 HEURE

▪ PRÉVOIR : DES PETITS POIDS POUR CUIRE LE FOND DE PÂTE À BLANC

À vos paniers

- 125 g de bière
- 1 oeuf
- 4 jaunes d'oeuf
- 125 g de farine
- 20 g d'amidon de maïs
- 30 g de poudre d'amandes
- 155 g de sucre semoule
- 2 cuillères à soupe de cassonade
- 135 g de beurre
- 125 g de lait
- 1 feuille de gélatine
- 1 pincée de sel fin

①

②

③

④

⑤

1 Faire une pâte brisée: Dans, un saladier, mettre la farine, la poudre d'amandes, 30 gr de sucre semoule, 1 pincée de sel fin.
Faire un puits, y verser 75 gr de beurre fondu et l'œuf battu, mélanger du bout des doigts sans trop travailler. Mettre cette pâte dans un récipient, la recouvrir d'un linge légèrement humide ou d'un film, la laisser reposer 1 h au réfrigérateur.

2 Préchauffer le four à 180-200°C.
Foncer un moule à tarte de 18 cm environ de la pâte brisée. Disposer dessus une feuille d'aluminium, verser des poids dessus et enfourner 30 min.

3 Faire ramollir la gélatine dans l'eau froide. Mélanger au fouet les 4 jaunes d'œufs avec 125 gr de sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporer l'amidon de maïs.

4 Chauffer la bière et le lait, stopper la cuisson dès que l'ébullition commence. Incorporer ce mélange à celui aux jaunes d'œufs et transvaser dans une casserole.
Chauffer sur feu doux en mélangeant bien, lorsque l'ébullition commence, la crème épaissit et devient onctueuse. Retirer du feu. Ajouter la gélatine égouttée, mélanger et terminer par 60 gr de dés de beurre bien froids.

5 Retirer les poids et la feuille d'aluminium du fond de tarte. Mettre le four en position gril. Verser l'appareil à la bière chaud sur le fond de tarte, saupoudrer de 2 c. à s. de cassonade et enfourner jusqu'à ce que la tarte blondisse, compter 6 à 7 min.

A déguster avec

▪ Le Muscat de Beaumes-de-Venise du domaine Castaud-Morin avec sa robe rosée.

Conseils de chef

▪ Vous pouvez remplacer l'amidon de maïs par de la fécule de pomme de terre.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

Ebooks-land.net

BEIGNETS DE MAROILLES

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2,50€ PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : < 30 MINUTES ▪ CUISSON : 5 MINUTES

À vos paniers

- 2 tranches de maroilles demi affiné d'1 cm d'épaisseur
- 2 poignées de mâche
- 2 petits oignons blancs
- 12 cerneaux de noix
- 2 jaunes d'oeuf
- 125 g de farine
- 20 g de levure de boulanger
- 1 dl de bière blonde
- 1 cuillère à soupe de vinaigre d'alcool blanc
- 2 cuillères à soupe d'huile de pépins de raisin
- Sel et poivre

1 Faire une pâte à beignet : dans un saladier, émietter la levure de boulanger, verser dessus la bière tempérée petit à petit tout en mélangeant bien à l'aide d'un fouet, ajouter ensuite une petite pincée de sel, mélanger. Incorporer petit à petit 75 g de farine de préférence tamisée afin d'obtenir une pâte bien lisse sans grumeaux. Laisser cette pâte à beignet reposer 1 h à température ambiant

2 Couper les tranches de maroilles en 2 dans la largeur. Retirer éventuellement la peau de ces tranches si vous souhaitez un beignet moins parfumé. Battre les jaunes d'œuf avec une cuillère à café d'eau. Passer les 4 morceaux de maroilles dans le reste de farine puis dans l'anglaise (mélange oeuf-eau) et une nouvelle fois dans la farine. Les débarrasser sur une assiette et les laisser reposer 15 min entreposés au réfrigérateur.

3 Préparer la vinaigrette : dans un petit récipient, mettre une pincée de sel, ajouter un peu de poivre, le vinaigre d'alcool blanc, bien mélanger puis émulsionner avec l'huile de pépins de raisin. Préchauffer une friture à 180°C. Au préalable, bien nettoyer et laver la mâche. Peler les oignons blancs, les couper en rouelle puis les défaire en anneaux. Concasser les cerneaux de noix.

4 Tremper les morceaux de maroilles délicatement dans la pâte à beignet, bien les enrober puis les mettre dans la friture et les laisser cuire jusqu'à ce qu'ils soient bien blonds pendant environ 3 à 5 min. Les retourner en cours de cuisson toutes les 30 sec environ. Les égoutter sur un papier absorbant.

5 Mettre la mâche dans un saladier, l'assaisonner de la vinaigrette, ajouter les anneaux d'oignons blancs et les cerneaux de noix, disposer les beignets de maroilles. Servir rapidement en entrée ou en guise de fromage.

Conseils de chef

▪ Les morceaux de maroilles panés peuvent se préparer 2 heures à l'avance. Dans ce cas, les entreposer au réfrigérateur.

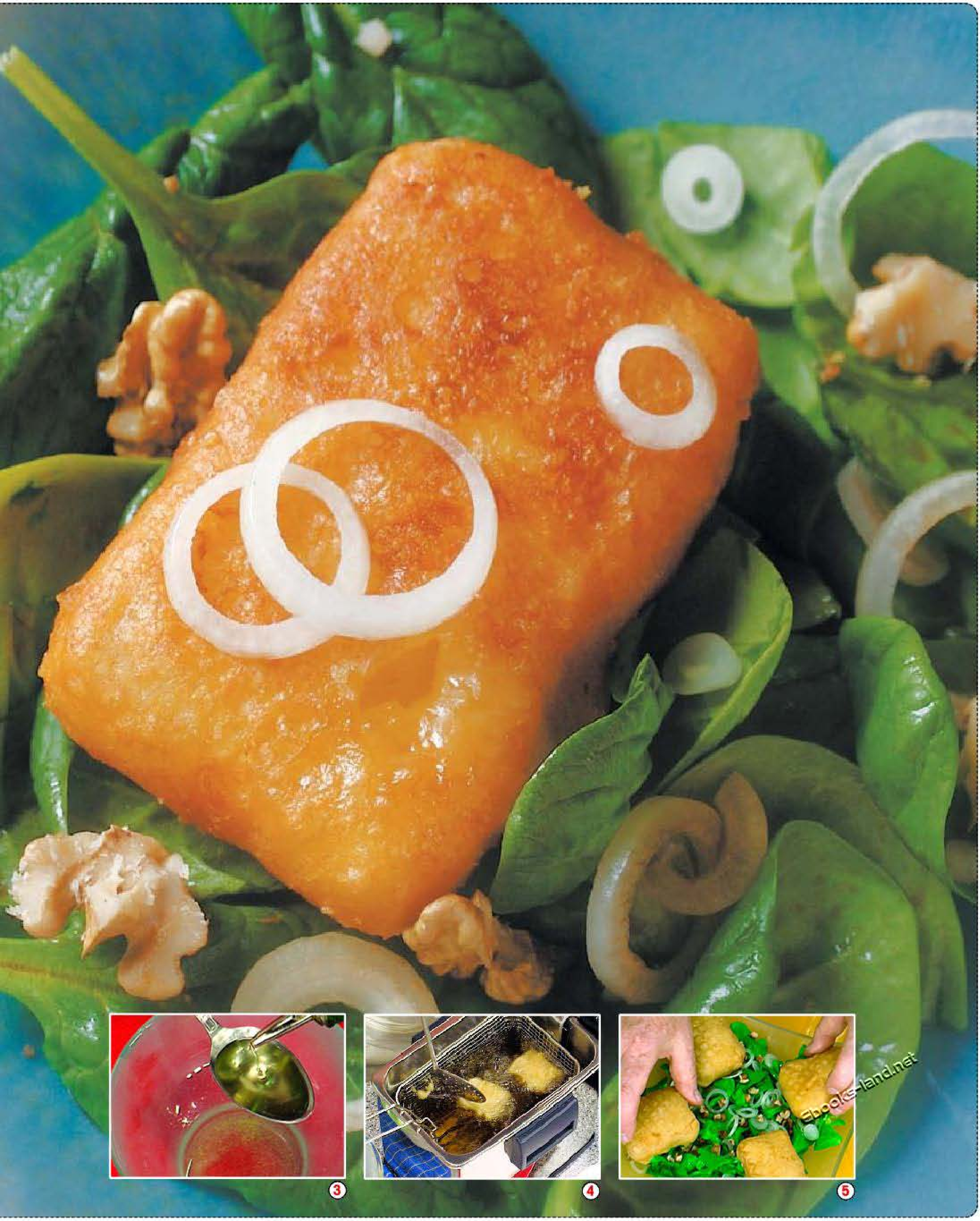
A déguster avec

▪ Une bonne bière ambrée!

①

②

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération



3

4

5

Ebooks-land.net

POT-AU-FEU DE RATTES AUX MOULES

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 4 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 25 MINUTES

À vos paniers

- 800 g de moules de Bouchot bien grattées et lavées
- 800 g de petites pommes de terre ratte
- 1 tomate moyenne
- 1 échalote pelée et hachée finement
- 1 petit bouquet de persil plat
- 1 petite branche de céleri ciselée
- 1 gousse d'ail pelée, fendue en deux et dégermée
- Le jus d'1/2 citron jaune
- 1 pointe de couteau de curry
- 100 g de beurre
- 100 g de crème double
- 1 verre de vin blanc sec
- Gros sel, sel fin et poivre

①

②

③

④

⑤

1 Bien laver les pommes de terre non pelées, les mettre dans une casserole, les recouvrir d'eau froide, saler l'eau avec du gros sel, porter à ébullition et laisser cuire entre 20 et 25 min. Vérifier leur cuisson en les piquant avec la pointe d'un couteau.

2 Monder la tomate puis la fendre en quartier, éliminer les pépins et couper la chair en petit dés de 5 mm environ. Faire fondre doucement 50 g de beurre dans un sautoir. Dès que le beurre commence à fondre, ajouter et faire suer pendant 1 min l'échalote, la petite branche de céleri et 2,3 queues de persil ciselées.

3 Ajouter ensuite la gousse d'ail et les moules de Bouchot, bien les rouler dans le beurre, poivrer, mouiller avec le verre de vin blanc et porter à ébullition. Dès que l'ébullition commence, couvrir et laisser chauffer environ 2 min, le temps que les moules s'ouvrent. Puis sur feu doux, ajouter la crème double, bien mélanger et retirer du feu. Egoutter les moules tout en récupérant le jus.

4 Filtrer le jus de cuisson des moules, le verser dans une casserole, porter à ébullition et laisser réduire d'1/3 tout en fouettant. Incorporer ensuite, sur feu doux, à l'aide d'un fouet, petit à petit 50 g de beurre bien froid coupé en petits morceaux. Ajouter ensuite une pointe de couteau de curry, le jus de citron jaune et les dés de tomate, mélanger délicatement, rectifier l'assaisonnement et réserver au chaud.

5 Peler les pommes de terre tièdes, les fendre en deux dans la longueur, les disposer, côté plat sur le dessus, les unes à côté des autres dans un plat allant au four. Mettre les moules dans la sauce chaude, sur feu éteint, bien mélanger. Napper les pommes de terre de la sauce et des moules.

A déguster avec

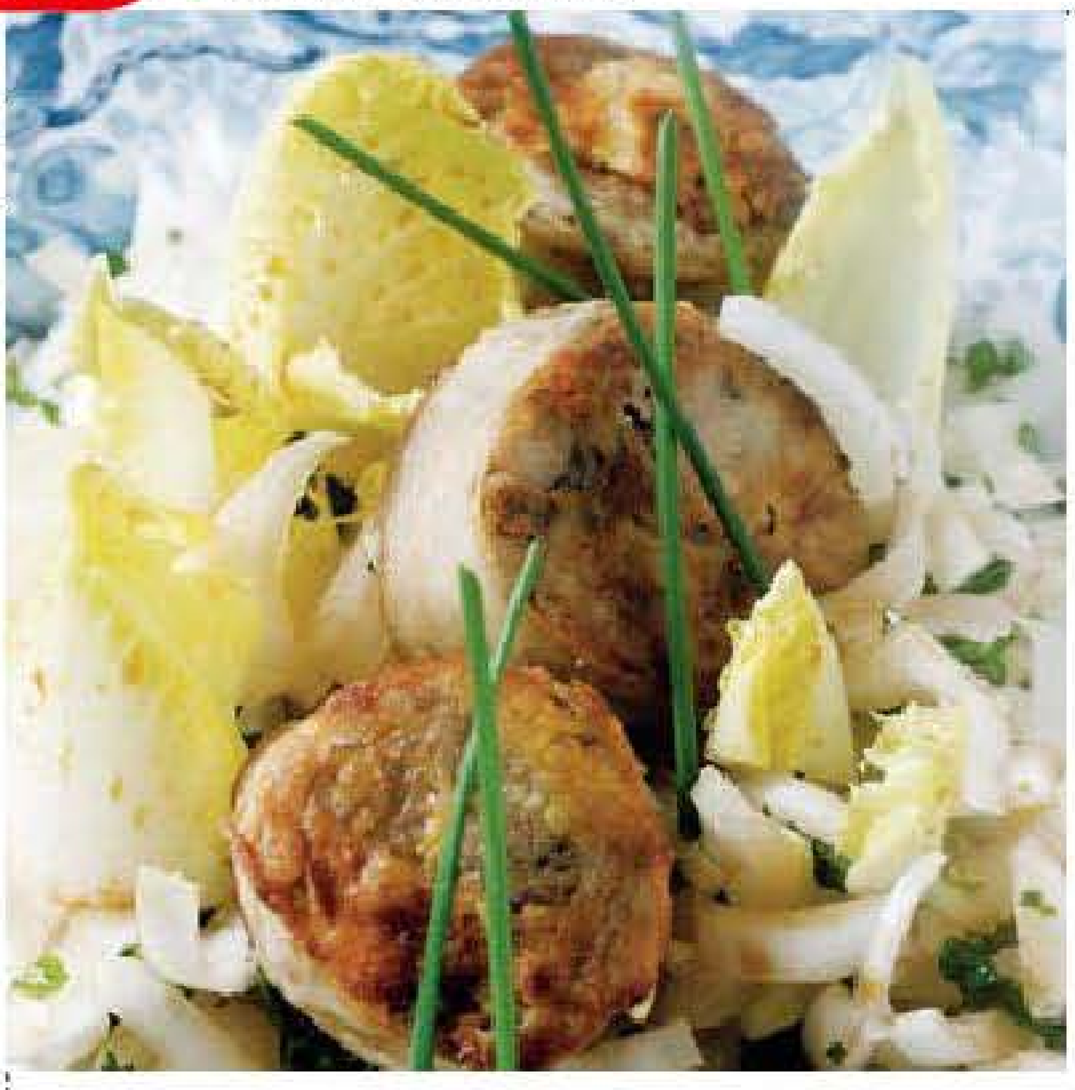
▪ Un vin issu du chenin, le Vouvray sec du domaine Huet est merveilleux.

Conseils de chef

▪ A défaut de crème double, utiliser une crème épaisse entière (au moins 40% de matière grasse).

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net



ROUELLES D'ANDOUILLETTE PANÉES
EN SALADE D'ENDIVES

POUR 4 PERSONNES · **ENVIRON : 1,50 € PAR PERSONNE**
PRÉPARATION : < 30 MINUTES · CUISSON : 4 MINUTES

À vos paniers

- 1 andouillette
- 6 endives
- 1 échalote pelée et hachée
- 1 gousse d'ail pelée et hachée finement
- 1 cuillère à soupe de persil plat ciselé finement
- 1 petite cuillère à soupe de ciboulette ciselée finement
- 30 g de moutarde forte
- 50 g de farine
- 4 cuillères à soupe de beurre clarifié ou à défaut du beurre normal ou de l'huile
- 4 cuillères à soupe d'huile de pépins de raisin
- 2 cuillères à soupe de vinaigre d'alcool blanc
- Sel fin

1 Détailler l'andouillette en rouelles d'1,5 cm environ. Les badigeonner de moutarde forte des 2 côtés, les passer délicatement dans la farine.

2 Eliminer les premières feuilles et les trognons des endives. Couper aux 2/3 de façon à mettre de côté les pointes.

3 Fendre l'autre partie des endives en 2 dans la longueur et les émincer finement. Les mettre dans un saladier et les assaisonner avec une pincée de sel, le vinaigre, l'huile de pépins de raisin, l'échalote, l'ail et le persil. Laisser reposer au moins 20 min.

4 Faire colorer les rouelles d'andouillette dans le beurre clarifié. Compter 2 min de cuisson de chaque côté et les débarrasser sur une assiette.

5 Sur un plat tiède, dresser les pointes d'endives en rosace, déposer la salade d'endives au centre et les rouelles d'andouillette dessus. Parsemer de ciboulette ciselée.

①

②

③

④

⑤

A déguster avec

- Un vin rouge léger et sur le fruit, un Saumur-Champigny par exemple.

Conseils de chef

- Préférer un andouillette AAAAA, dite 5A fabriquée selon la méthode traditionnelle.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

PARFAIT GLACÉ À LA CHICORÉE, SIROP DE GENIÈVRE

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ TEMPS DE CONGÉLATION : 3 HEURES

À vos paniers

- 2 cuillères à soupe de chicorée liquide
- 4 jaunes d'oeuf
- 225 g de sucre semoule
- 300 g de crème liquide
- Le jus d'un citron vert
- 50 baies de genièvre
- 30 g d'eau-de-vie de genièvre de Houlle

Ebooks-land.net

PARFAIT GLACÉ À LA CHICORÉE, SIROP DE GENIÈVRE

1 Verser 50 g d'eau dans une casserole, ajouter 125 g de sucre semoule, porter à ébullition et laisser cuire, à 120°c si possible, pendant 4 min. Après 4 min de cuisson, les bulles rétrécissent, retirer du feu.

2 Mettre 4 jaunes d'oeuf dans le bol d'un batteur puis verser dessus tout en fouettant petit à petit le sirop. Incorporer ensuite la chicorée liquide et fouetter environ 5 min jusqu'à ce que cet appareil soit froid.

3 Verser la crème liquide bien froide dans un récipient, lui même placé dans un plus grand contenant de la glace et la fouetter en chantilly, elle doit tenir au fouet mais ne pas être trop ferme.

4 Retirer le récipient de crème chantilly de celui rempli de glace et le disposer sur le plan de travail. Incorporer à l'aide d'une spatule et très délicatement la préparation à la chicorée à la crème chantilly, en soulevant l'ensemble. Répartir ce parfait dans des coupes individuelles, et entreposer au congélateur pendant 3 h minimum.

5 Verser 30 g d'eau dans une casserole, ajouter 100 g de sucre semoule, les baies de genièvre, porter à ébullition et laisser cuire 1 min. Ajouter hors du feu le jus de citron vert et l'eau de vie de genièvre. Débarrasser ce sirop de genièvre dans un autre récipient, le laisser refroidir puis le réserver au congélateur. Après 3 h, disposer sur chaque parfait glacé à la chicorée 3, 4 baies de genièvre et 1 c. à s. de sirop.

A déguster avec

■ Un Rivesaltes ambré, celui du domaine Cazes par exemple.

1

2

3

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

4

5

Ebooks-land.net

Ebooks-land.net

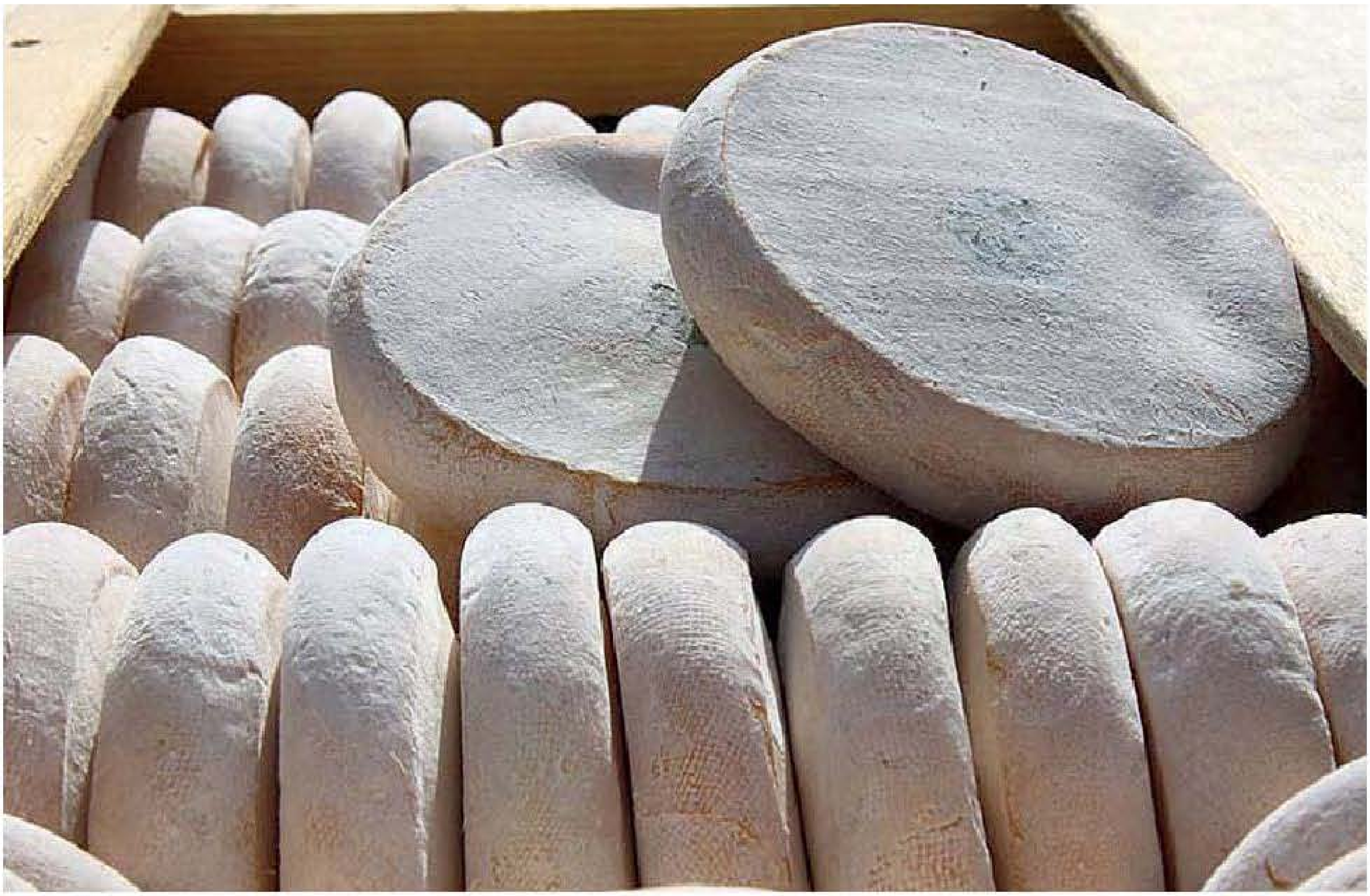
Par Marina Gobet

Jean-Luc Poujauran, le boulanger des chefs

Vous avez sans doute dégusté sans le savoir son inégalable pain de campagne puisque Jean-Luc Poujauran livre, tous les jours, plus d'une centaine de tables parisiennes! Une seule recette pour cet artisan hors-pairs: passion et rigueur.

Fils de boulanger à Mont-de-Marsan, le jeune Jean-Luc monte à Paris en 1970, pour apprendre la pâtisserie dans les meilleures maisons de la capitale.
Six ans plus tard, il retourne dans les Landes pour effectuer son service militaire et en profite pour donner un coup de main dans la boulangerie familiale.
A 21 ans, de retour à Paris, il ouvre sa boulangerie pâtisserie rue Jean Nicot dans le 7ème, où se bousculera pour goûter ses merveilleux pains et gâteaux.Cette aventure durera plus de vingt ans, période durant laquelle il commence à fournir ses amis cuisiniers.La demande grandissante, un déclic lui vient en 2003 ! Il cède sa boutique pour se concentrer à 100% dans la fabrication de pain pour la restauration dans un nouveau laboratoire où toutes les installations sont longuement étudiées.
De là, sortent aujourd'hui, les pains destinés aux plus grands noms de la gastronomie : Joël Robuchon, Hélène Darroze... Les meilleurs bistrots parisiens deviennent aussi de fidèles clients. Il a déjà conquis les tables de plus de 180 bistrots et restaurants, sans parler de tous ceux qui sont sur sa liste d'attente !
Derrière son look décontracté, cet artiste parle de son pain avec fierté et humilité.
Chez Poujauran, rien n'est ordinaire. On y respire une sorte de pureté. La farine est écrasée à la meule de pierre depuis plus de 30 ans par le même meunier. Son sel brut, récolté à la main, vient des Salines de Guérande. Le plus surprenant c'est son eau ! Un procédé d'osmose supprime le chlore et le calcaire et la rend neutre à 98% mais lui conserve tous les autres sels minéraux.
Sa réputation n'est pas un phénomène de mode mais elle est due au goût particulier de son pain et sa longueur en bouche qui viennent sans aucun doute du secret de son levain.
La qualité des ingrédients étant acquise, Jean Luc Poujauran a automatisé la majeure partie des tâches du boulanger. La pâte une fois pétrie est versée dans un bac hermétique pour favoriser le processus de fermentation. Façonnés à la main, les pâtons sont alors placés dans de grandes armoires où ils reposeront de 18 à 24 h. C'est là que son pain va s'épanouir pleinement.
Après cette lente fermentation, les pâtons sont prêts à être enfournés mais avant, le maître boulanger applique soigneusement les fameux coups de lames qui donneront ces belles cicatrices appelées « grignes ».
Ses clients ayant des exigences variées de goûts, de texture et de forme, tous les pains sont faits sur mesure. On trouve parmi ses nombreuses créations, des pains aux figues, au maïs, à l'encre de seiche sans oublier son fameux pain de campagne.
Jean Luc Poujauran n'a donc pas fini de nous étonner !

Ebooks Gratuits



Des fromages à cuire
Oui mais pas n'importe lesquels...

La fondue

L'invention des fondues est indissociable de celle de la fabrication des pâtes pressées cuites car, même si il est vrai que d'autres fromages peuvent être fondus, les représentants de la famille des gruyères s'y prêtent d'avantage. Cela corrobore les textes attribuant la paternité de ce plat aux armaillis suisses de la région de Fribourg. Ces bergers mirent au point la recette en réutilisant les restes de fromage et de pain rassis de leurs précédents repas. Plébiscité à l'époque pour son côté nourrissant et économique, ce plat fut vite adopté par les militaires qui le firent découvrir ensuite dans leurs foyers : la fondue resta longtemps préparée par les hommes. Depuis elle a largement traversé les frontières en s'adaptant à nos fabrications hexagonales. On oppose généralement en fonction de leurs terroirs respectifs la fondue Savoyarde à la fondue Franc-comtoise. Dans l'absolu on peut concevoir un nombre conséquent de fondues différentes, mais ma préférence va sans conteste aux fondues « mono fromage ». Si le fromage est bon et bien fait nul besoin de le mélanger à un autre, comme ce fut longtemps le cas, pour améliorer le goût ou la texture finale de la fondue.

La raclette

C'est chez nos cousins helvétiques que l'on trouve les premières références écrites de ce plat. Un célèbre médecin de Sion, capitale du Valais et épicentre des différents crus de raclettes suisses, dénonça dans une note en 1574 les piètres qualités diététiques du « fromage rôti ». On désigne alors sous ce terme ce plat de berger qui consiste à faire fondre une demie meule de fromage placée devant un feu de bois. Il faut attendre 1909 pour voir apparaître le mot « raclette » lors d'une exposition Valaisanne. Aujourd'hui divers types d'appareils électriques permettent de réaliser une raclette, mais seuls ceux reproduisant le procédé original sont valables : pour cette raison ils sont appelés traditionnels. En effet pour tirer toute la quintessence du fromage, celui-ci doit fondre à la chaleur et non au contact d'un matériau chaud. De plus le procédé traditionnel offre l'avantage d'un meilleur réglage de la cuisson ; on peut obtenir des saveurs différentes en laissant le fromage plus ou moins gratiner, surtout la croûte que l'on appelle ensuite « religieuse ».
Comment la servir
Avec des pommes de terre en robe des champs, condiments vinaigrés et en petite quantité de la charcuterie car il ne faut pas perdre de vue que l'élément essentiel doit rester le fromage, la viande ou la charcuterie étaient réservées pour les grandes occasions uniquement.

ANECDOTES
La bénédiction des fromages à raclette en alpage est une coutume encore très vivace dans le Valais, canton très catholique. Cette bénédiction a lieu juste avant la désalpe (descente d'alpage). Durant cette cérémonie de plein air, à laquelle les gens se rendent souvent à pied, les propriétaires offrent au clergé un des premiers fromages fabriqués en guise de reconnaissance.

L'aligot

Jusqu'au alentour de l'an mille l'Aubrac était couvert de forêts, abritant bon nombre de brigands ; cela en faisait une région peu sûre pour les voyageurs, notamment pour les pèlerins se rendant à St Jacques de Compostelle. Sur l'idée d'un dénommé Adalard, comte d'origine flamande, fut construite une Abbaye appelée Abbaye d'Aubrac. Il reste d'ailleurs de cet ancien édifice quelques vestiges. Les moines exterminèrent les bandits, défrichèrent les forêts alentours et se consacrèrent à l'élevage, on leur doit entre autre la sélection de la race Aubrac.

Le berthoud

Le berthoud, spécialité typiquement « Châblaisienne », se prépare uniquement avec du fromage d'Abondance, encore appelé tomme d'Abondance.
On le déguste dans la vallée verte, vallée spacieuse nichée entre la chaîne du Mont Blanc, les Dents du midi et le Lac Léman. C'est un petit coin de paradis connu également, pour son domaine skiable (Les Portes du soleil).

Christian Janier

Etymologie :
de « ali quid » signifiant « quelque chose ? », sous entendu « à manger ? ». Phrase prononcée par les moines à l'usage des pèlerins à qui ils proposaient du pain trempé dans du fromage fondu. Le pain fut ensuite remplacé par les pommes de terre quand le tubercule arriva d'Amérique ou encore : « Alicoter » signifie « couper » en patois : ce qu'il faut faire fréquemment lorsque l'on mange un plat à base de tomme d'Aligot, car ce fromage se transforme généreusement en « fils » à la cuisson !!

Ebooksland.net

TOUR DE MAIN DE **MARINA GOBET**

Les crêpes au lait de soja

1 Verser dans un saladier 170g de farine, 40g de sucre semoule et une pincé de sel fin. Mélanger les ingrédients et former un puits au centre. Ajouter 2 œufs entiers et 2 jaunes d'œufs. Ajouter 125 g de lait tiède et mélanger énergiquement avec un fouet.

2 Ajouter les 375g de lait restant et 40g de beurre fondu. Laisser la pâte reposer 1h.
Conseil : La pâte à crêpe peut être parfumée avec de la vanille ou des zestes râpés de citron ou d'orange.

3 Chauffer une poêle à crêpe et passer un papier absorbant huilé sur toute la surface.
Verser, à l'aide d'une louche, la pâte à crêpe dans la poêle chaude.

4 Cuire la crêpe jusqu'à l'obtention d'une couleur dorée et la retourner pour la colorer sur la deuxième face. Réserver.

5 Recommencer l'opération en veillant à bien remuer la pâte à crêpe entre chaque cuisson. Présenter les crêpes superposée ou pliées sur une assiette.

ebooks-land.net

NOUVEAU !
LudoJeux.com
+ de 1000 jeux
en ligne, gratuits
et interactifs
40 types
de jeux différents
4 catégories :
Chiffres - Lettres
Tests - Enfants
À vous de jouer sur LudoJeux.com
GROUPE ALAIN AYACHE - RCI JEUX
Ebooks-land.net

Par Jeanne Berny

"ATOUT COEUR"

PHILTRE D'AMOUR

Ce philtre à base d'eau de vie de fruits, d'eau, de sucre et d'épices suaves (safran, cannelle, clous de girofle, myrrhe, vanille, aloes et muscade) saura relever un apéritif ou un vin pétillant, une salade de fruits ou encore un gâteau au chocolat. Philtre de Cupidon MAISON THIERCELIN 4, 75€ les 5cl

A CROQUER

Craquant, moelleux, fondant, ce petit macaron est irrésistible ! L'ATELIER DES SENS propose un cours pour en révéler les secrets de fabrication. Une expérience culinaire à offrir ou à partager. Cours Spécial Saint Valentin de 3 h 90€

TENDRE APHRODITE

La douceur de la rose en poudre, la force du gingembre et les vertus dynamisantes du safran pour ce mélange subtilement assemblé pour ses vertus aphrodisiaques. A glisser dans un gâteau, une crème brûlée et pour les plus audacieux: à marier à une cuisine sucrée salée. Rose Aphrodite MAISON THIERCELIN 4,75€ les 20g

AMOUREUX ET … GOURMANDS

Un assortiment pour exprimer toutes les nuances du sentiment amoureux. Une pièce maîtresse : un cœur à partager, ganache noire, framboise et basilic et huit chocolats assortis aux saveurs évocatrices de sensualité. (existe en 4 tailles) LA MAISON DU CHOCOLAT

Coffret de 9 chocolats 75 G 13,50€

UN PRÉNOM BIEN CHOISI

Et pour parfaire le tout un CHÂTEAU MONTFOLLET cuvée Le Valentin, Côtes de Blaye. Des arômes d'épices douces et poivrées et une couleur intense, un vin idéal à déguster les yeux dans les yeux.

Cavistes environ 10 €

Ebooks-land.net

TEA TIME AMOUREUX

Pour jouer le jeu de l'amour jusqu'au bout, même les couverts prennent la forme d'un cœur évocateur.Cuillère à thé LE TORCHON A CARREAUX 11,50€

LUMIÈRE TAMISÉE

Un dîner à la chandelle, évidemment, pour un jour où l'amour mène le jeu. Des petites bougies en forme de cœur illumineront ce moment d'exception. MAISONS DU MONDE 1,50€ pièce

CHAMPAGNE !!

Pas de dîner en amoureux sans champagne .. One for her, one for him, pour elle rosé, un goût délicat à dominante de fruits rouges, pour lui blanc, un brut aux notes florales et fraîches. NICOLAS FEUILLATTE One four, pack duo de 2 bouteilles de 20 cl 22€

FONDUE EN TÊTE À TÊTE

Succès garanti avec ce set à fondue pour deux rouge passion ! Sans oublier le côté pratique d'un dîner facile et rapide à préparer. Service à fondue « Cœur » de MAXICOOK.COM

39€

CŒUR ENCORE

Un plat qui en dit long … Pas besoin d'en dire beaucoup plus ! D'un magnifique et brûlant rouge cerise, à vous de le remplir de mets délicieux… Plat en céramique « Délices » APPOLIA

18 cm 10€
29 cm 19€

PERLES RARES

Ces quelques grains de pure magie offrent au palais une sensation unique et possèdent l'arôme, la saveur et le parfum de la truffe noire Melanosporum. Perles de truffe LA MAISON DE LA TRUFFE 50 g 59€

UN THÉ TRÈS CHAUD

Composé d'épices impériales, girofle, cannelle, gingembre, cardamome, poivre et de maté vert… la chaleur des épices et la fraîcheur du maté en font une boisson délicieuse. Latin lover de MARIAGES FRÈRES boîte laquée de 80 g 18€

Cuisinez comme un Chef

ANTOINE WESTERMANN

CRÈME DE LENTILLES AU SAUMON FUME

TARTE À L'OIGNON

Les délices d'une seconde vie

En laissant les commandes du Buerehiesel "de Strasbourg" à son fils, Antoine Westermann a rendu ses trois étoiles Michelin mais n'a pas abandonné la cuisine. Nouvelle vie, nouvelle liberté, multiples adresses : il s'amuse comme un gamin aux fourneaux de ses ambassades, et notamment du mythique restaurant parisien Drouant.

Points de repère

1946 Naissance à Wissembourg, en Alsace

1960-63 Ecole hôtelière de Strasbourg

1970 Acquisition du restaurant Buerehiesel

1975 1er étoile Michelin pour le Buerehiesel

1984 2ème étoile Michelin

1994 3ème étoile Michelin

1999 Ouvre le restaurant « Fortaleza do Guincho », au Portugal

2003 Dirige les cuisines du Bistrot « Mon Vieil Ami », à Paris

2006 Dirige les cuisines du restaurant « Drouant », à Paris

2007 Transmet le Buerehiesel à son fils Eric

Votre dernier coup de fourchette ?
Une côte de bœuf préparée tout simplement. Poêlée (moitié huile d'olive, moitié beurre) et servie avec un filet d'une très bonne huile d'olive et de la fleur de sel. En accompagnement, une scarole légèrement aillée avec quelques échalotes et une vinaigrette au vinaigre de vin.

La boisson qui vous rend meilleur ?
Le champagne de manière générale avec une bulle fine et légère. Ma préférence va au blanc de blancs.

Votre madeleine de Proust ?
Le poulet rôti frites, salade, toute mon enfance est dans ce plat ! Le jus de volaille sur la salade qui se mélange à la vinaigrette... un vrai régal. Evidemment il faut une volaille d'excellente qualité, tendre et goûteuse.

Quelle est votre principale qualité ? Et votre plus gros défaut ?
Je suis fidèle en amitié mais souvent trop pressé voire impatient.

Le don de la nature que vous auriez aimé avoir ?
Savoir jouer du piano, être virtuose.

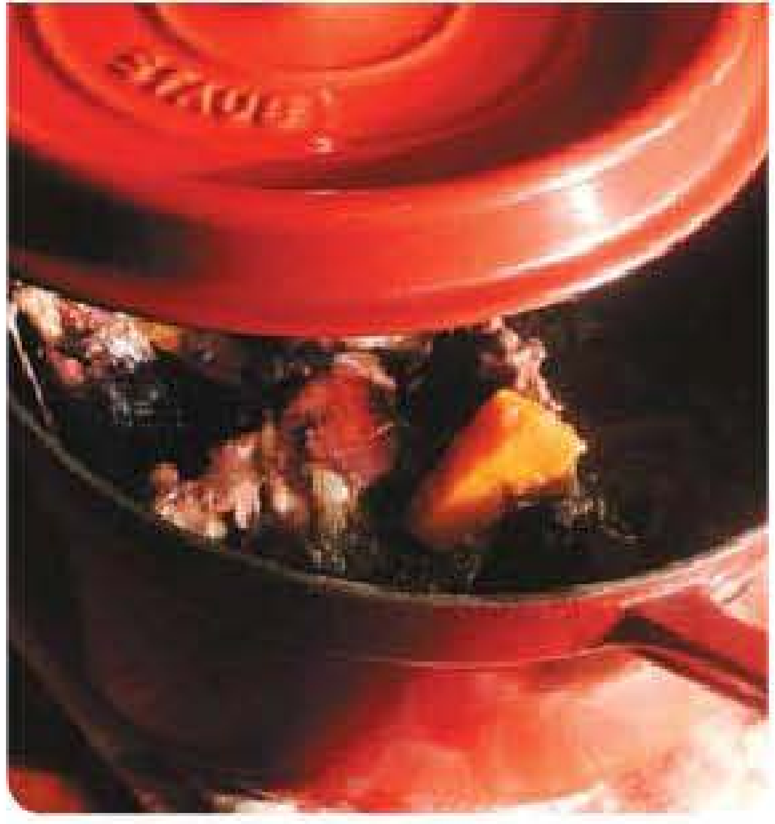
Votre recette de vie ?
Etre fidèle à soi même et juste avec les autres.

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Le pot-au-feu avec 6 ou 7 viandes, des légumes crus et cuits, un formidable bouillon. C'est un plat universel.

Qu'est-ce qui vous met l'eau à la bouche ?
Quand je pense à passer à table... je suis un vrai gourmet gourmand.

Si vous étiez un plat ?
Un hachis parmentier à base de queue de bœuf et de truffes fraîches.

GNOCCHIS DE POMME DE TERRE AU FROMAGE BLANC



CIVET DE LAPIN

CRÈME RENVERSÉE À L'ORANGE

Le premier plat que vous avez réalisé ?
Un sauté de veau marengo lorsque j'étais jeune apprenti. J'en ai un bon souvenir mais aujourd'hui je ne referais bien sûr plus le même plat !

Votre ingrédient fétiche ?
Le poivre . Il en existe beaucoup de variétés. Selon qu'il est concassé plus ou moins finement, torrefié ou non, il peut révéler mille et un arômes. Le poivre de Madagascar de Nocibé est un de mes poivres préférés. Simplement avec une oie rôtie c'est sublime.

Votre gourmandise inavouable ?
La très bonne glace vanille que je suis capable de consommer en très grande quantité.

Si vous n'aviez pas été chef, quel métier auriez-vous aimé exercer ?
Architecte, parce que l'architecture c'est comme la cuisine, on part de matière et on construit et c'est un acte d'amour !

Votre saison préférée ?
J'aime toutes les saisons, mais j'avoue un faible pour l'hiver car c'est une période très festive et riche. Le gibier, les champignons, les truffes etc. s'invitent à table. Cuisiner est une fête, on se nourrit davantage et ce sont des calories de pur plaisir.

Une escapade qui vous fait rêver ?
Du ski hors-piste, n'importe où en France ou dans le Val d'Aoste. C'est magique.

Orianne Nouailhac

Ebooks-land.net

TARTE À L'OIGNON

• POUR 4 PERSONNES • ENVIRON : 2€ PAR PERSONNE

• PRÉPARATION : > 30 MINUTES • CUISSON : 1 H 10

À vos paniers

- 200 g de petits oignons blancs
- 30 g de lardons fumés taillés en fine julienne
- 2 oeufs
- 400 g de pâte brisée
- 35 g de beurre
- 1,5 dl de lait
- 1,5 dl de crème liquide
- Une râpure de noix de muscade
- Sel et poivre

Conseils de chef

Vous pouvez également réaliser cette tarte avec une pâte feuilletée.

A déguster avec

Un Sylvaner, vin blanc sec et aromatique, d'Alsace évidemment!

1 Préchauffer le four à 180°C.
Abaisser la pâte brisée à 3 mm d'épaisseur environ. Foncer un moule à tarte préalablement beurré de 20 cm de diamètre environ.

2 Disposer sur le fond de tarte une feuille d'aluminium, ajouter dessus des petits poids ou à défaut des haricots secs puis le glisser dans le four et le précuire pendant 20 min. Il est préférable d'entreposer au moins 15 à 20 min ce fond de tarte au réfrigérateur avant de le mettre au four.

3 Peler les oignons, les émincer finement. Faire suer les lardons pendant 1 à 2 min sur feu doux dans 25 gr de beurre. Ajouter ensuite et faire suer les oignons, les cuire 30 min sur feu doux à couvert, en remuant toutes les 5 min à l'aide d'une spatule en bois.

4 Dans un saladier, battre 2 œufs puis ajouter 1,5 dl de lait, 1,5 dl de crème liquide, une râpure de noix de muscade, poivrer, saler légèrement et bien mélanger.

5 Répartir sur le fond de tarte précuit la préparation tiède d'oignons et de lardons puis verser dessus l'appareil à quiche. Glisser cette tarte dans le four et la cuire à pendant 30 à 35 min.

1

2

Ebooks-land.net

3

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération

4

5

Ebooks-land.net

CRÈME DE LENTILLES
AU SAUMON FUMÉ

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 4 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 1 HEURE 30

À vos paniers

- 200 g de dés de saumon fumé de 1 cm
- 200 g de lentilles vertes du Puy
- 1 oignon moyen
- 1 gousse d'ail
- 1 carotte
- 1 blanc de poireau
- 1 brindille de thym
- 4 petites pluches de cerfeuil
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 1 dl de crème liquide
- 1 litre de bouillon de volaille
- 1 verre de vin blanc sec, d'Alsace de préférence
- Sel et poivre

①

②

③

④

⑤

1 Bien laver les lentilles vertes puis les égoutter. Peler et émincer finement 1'oignon moyen. Peler puis couper en paysanne 1 carotte. Eplucher le blanc de poireau, bien le laver puis l'émincer. Peler 1 gousse d'ail, la fendre en deux puis la dégermer. Dans un poêlon, faire suer 1 min l'oignon émincé sur feu doux avec 2 c. à s. de beurre.

2 Ajouter ensuite le blanc de poireau et la carotte, mélanger à l'aide d'une spatule et faire suer 1 à 2 min toujours sur feu doux. Ajouter ensuite les lentilles, mouiller avec le vin blanc, ajouter l'ail, le thym et le bouillon de volaille, porter à ébullition, couvrir et laisser cuire pendant 1h30 à petit frémissement.

3 Fouetter la crème liquide bien froide dans un saladier lui même placé dans un plus grand contenant des glaçons. Réserver cette crème fouettée au réfrigérateur.

4 Après 1h30 de cuisson, retirer la gousse d'ail et la brindille de thym du potage. Verser dans le bol d'un mixeur et mixer. Rectifier l'assaisonnement, poivrer et saler à convenance. Transvaser cette crème de lentilles dans une casserole, la chauffer afin qu'elle soit bien chaude.

5 Disposer les dés de saumon fumé dans une soupière, verser dessus la crème de lentilles bien chaude. Ajouter dessus, 4 c. à s. de crème fouettée. Terminer par une petite pluche de cerfeuil sur chaque cuillère de chantilly.

A déguster avec

▪ Un Pinot gris d'Alsace généreux, avec une belle fraîcheur.

Conseils de chef

▪ Contrairement aux autres légumes secs, ne jamais faire tremper les lentilles avant cuisson.

Ebooks-land.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

Ebooks-land.net

PLAT

GNOCCHIS DE POMME DE TERRE AU FROMAGE BLANC

- **POUR 4 PERSONNES** - **ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE**
- PRÉPARATION : < 30 MINUTES
- CUISSON : 1 HEURE POUR LES POMMES DE TERRE PUIS 10 MINUTES

À vos paniers

- 6 pommes de terre Bintje ou BF15 (à purée) de 150 g pièce
- 2 échalotes pelées et hachées finement
- 1 cuillère à soupe de ciboulette ciselée
- 100 g de farine tamisée
- 1 oeuf entier
- 1 jaune d'oeuf
- 50 g de fromage blanc à 40% de matière grasse
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 1 râpure de noix de muscade
- Gros sel, sel fin et poivre

Ebooks-land.net

GNOCCHIS DE POMME DE TERRE
AU FROMAGE BLANC

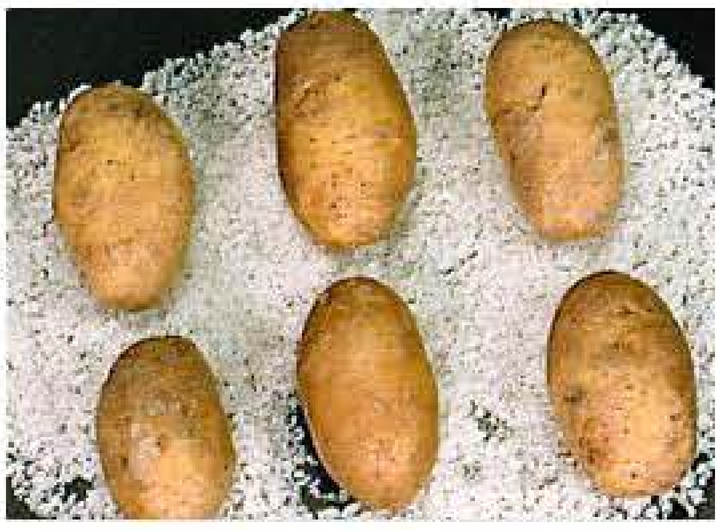
1 Préchauffer le four à 180°C. Disposer un lit de gros sel sur une plaque de cuisson. Déposer dessus 6 pommes de terre non pelées préalablement lavées et les glisser au four pendant 1 heure.

2 Lorsque ces pommes de terre sont cuites, les peler et les passer au moulin à légumes ancestral, bien récupérer toute la pulpe et la mettre dans un saladier.

3 Incorporer successivement à la pulpe de pomme de terre, à l'aide d'une spatule en bois, la farine tamisée, 1 œuf entier, 1 jaune d'oeuf, le fromage blanc, une râpure de noix de muscade, les échalotes, 1 c. à s. de ciboulette ciselée, saler et poivrer.

4 Porter dans une grande cocotte une grande quantité d'eau à frémissement, la saler. A l'aide d'une cuillère à soupe faire des quenelles avec cet appareil puis les plonger délicatement dans l'eau frémissante (elles se détachent de la cuillère), les laisser cuire pendant 10 min à frémissement. Après 10 min de cuisson, retirer les gnocchis de la cocotte à l'aide d'un écumoire, les égoutter sur un linge bien propre.

5 Chauffer 2 c. à s. de beurre dans un poêlon. Ajouter délicatement les gnocchis de pomme de terre sans les chevaucher, les laisser rissoler, les dorer sur chaque face, ils doivent être croustillants à l'extérieur et moelleux à l'intérieur. Servir ces gnocchis de pomme de terre au fromage blanc en plat unique avec une salade, ou en garniture d'une volaille ou d'une viande rouge en sauce.

①


②

③

④

⑤

Ebooks-land.net

Conseils de chef

- Si les feuilles de brick sèchent avant leur utilisation, les disposer entre 2 linges humides, elles retrouveront ainsi toute leur souplesse.
- Choisir une pomme de terre de variété bintje ou agria.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

CIVET DE LAPIN

- **POUR 4 PERSONNES • ENVIRON : 7 € PAR PERSONNE**
- PRÉPARATION : < 30 MINUTES • CUISSON : 1 H 50
- TEMPS DE MARINADE : 1 NUIT

À vos paniers

- 1 lapin de 1,7 kg (Demander au boucher de couper le lapin en 9 morceaux. Maintenir les peaux à l'aide de petits piques en bois.)
- 2 gousses d'ail fendues en deux et dégermées
- 2 petites branches de céleri ciselées
- 1 demi poireau coupé en morceaux
- 1 oignon émincé
- 1 carotte coupée en morceaux
- 3 baies de genièvre
- 1 brindille de thym
- 1 petite feuille de laurier
- 1 clou de girofle
- 2 cuillères à soupe de farine
- 1 litre de vin rouge corsé, tannique
- 1 filet d'huile d'arachide
- Sel et poivre

1 Faire mariner le lapin avec l'ail, l'oignon, le céleri, le poireau, la carotte, le thym, le laurier, le genièvre, 1 clou de girofle et le vin rouge. Poivrer, filmer et réserver 1 nuit au réfrigérateur.

2 Egoutter les morceaux de lapin et récupérer la marinade. Faire dorer à la poêle les morceaux sur chaque face et les déposer dans une cocotte.

3 Dans cette même poêle, faire colorer la garniture aromatique, assaisonner et l'ajouter dans la cocotte avec le lapin. Saupoudrer de 2 c. à s. de farine, couvrir et cuire 10 min sur feu très doux. Ne pas remuer. Porter la marinade à ébullition dans une casserole, au premier bouillon, réserver sur feu éteint.

4 Après 10 min de cuisson, retourner les morceaux de lapin. Compter à nouveau 5 à 10 min de cuisson, toujours sans remuer. Passer ensuite la marinade bien chaude sur les morceaux de lapin afin d'éliminer toutes les petites particules qui risqueraient de troubler la sauce. Couvrir et laisser cuire sur feu doux 1h30, remuer 1 à 2 fois pendant la cuisson.

5 Disposer les morceaux de lapin dans une seconde cocotte en éliminant la garniture aromatique. Couvrir pour maintenir au chaud. Passer la sauce, la porter à ébullition et la faire réduire d'1/4. Verser cette sauce bien chaude sur le lapin.

①

②

③

④

⑤

A déguster avec

■ Un pinot noir d'Alsace servi un peu frais. Celui de Marcel Deiss est remarquable.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

CRÈME RENVERSÉE
À L'ORANGE

▪ POUR 3 PERSONNES ▪ ENVIRON : 1,50 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : >30 MINUTES ▪ CUISSON : 1HEURES 30

▪**TEMPS DE RÉFRIGÉRATION** : 2 À 3 HEURES

À vos paniers

- 2 oranges
- 4 jaunes d'oeuf
- 160 g de sucre semoule
- 1 gousse de vanille
- 15 g de beurre
- 35 cl de crème liquide

Conseils de chef

■ Conserver l'autre moitié de vanille dans du sucre semoule par exemple dans une boîte bien fermée et entreposée à température ambiante.

A déguster avec

■ Un gewurztraminer "sélection de grains nobles" très riche avec un bon soutien acide.

①

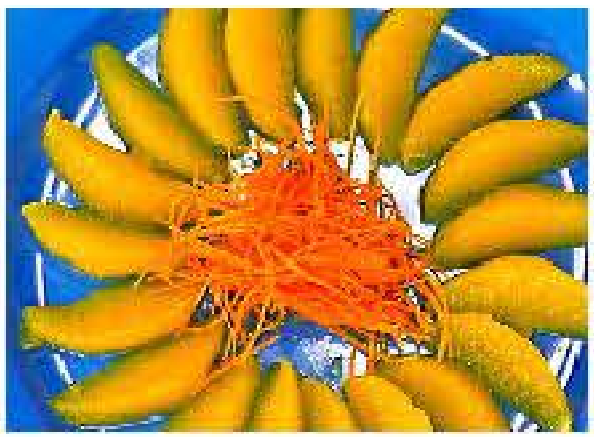
1 Préchauffer le four à 100°C. Préparer l'appareil à crème renversée : fendre en deux dans la longueur une gousse de vanille, avec la pointe d'un couteau racler délicatement les petites graines d'une moitié uniquement de la gousse.

②

2 Dans un saladier, mélanger énergiquement à l'aide d'un fouet les jaunes d'œuf avec 60 g de sucre semoule et les graines de vanille jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter ensuite la crème liquide, bien mélanger.

③

3 Beurrer grassement 3 ramequins à l'aide d'un pinceau. Disposer au fond d'une cocotte, un cercle de papier sulfurisé de même diamètre que la cocotte, faire quelques encoches dedans puis disposer les 3 ramequins dessus, verser de l'eau à mi-hauteur. Remplir les ramequins de l'appareil, porter à frémissement, couvrir et enfourner 1h30.

④


4 Bien laver une orange, la peler à l'aide d'un économe afin de récupérer le zeste tout en prenant soin de bien séparer l'écorce de la partie blanchâtre et amère de la peau. Couper ce zeste finement en julienne puis peler à vif cette orange, prélever les segments et les réserver au réfrigérateur.

⑤

5 Verser 1 dl d'eau dans une petite casserole, ajouter 100 g de sucre semoule et porter à ébullition. Plonger les zestes d'orange sur feu doux et les laisser confire à petit frémissement pendant 15 min. Retirer la casserole de la plaque de cuisson et laisser refroidir.

⑥

6 Entreposer les crèmes 2 à 3 h au réfrigérateur. Les démouler pour le service, déposer dessus les segments d'orange, les zestes confits et quelques traits de sirop.

cuisineland.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

L'ananas

ou nana-nana au Brésil qui signifie "le parfum des parfums"

Son écorce rugueuse et son plumet piquant cachent un fruit fondant, délicieusement sucré, gorgé de soleil et de vitamines!

L'ananas est originaire du sud du Brésil et du Paraguay. Domestiqué probablement depuis des milliers d'années par les Indiens tupi-guaranis, ce « fruit exquis » a conquis toute l'Amérique du sud et centrale et fut transporté par les navigateurs indiens caraïbes jusqu'en Guadeloupe et dans les îles des Caraïbes où Christophe Colomb le découvrit en 1493. Puis les Espagnols et les Portugais l'ont essaimé un peu partout dans le monde et c'est ainsi que dès la fin du 16éme siècle, l'ananas est cultivé dans quasiment la totalité des régions tropicales du globe.

Le fruit d'un bouquet de fleurs d'un jour

L'ananas appartient à la famille des broméliacées. Une tige est couronnée de feuilles courtes au-dessus d'un ensemble de fleurs bleues qui ne vivent qu'une journée. Ces fleurs donnent de nombreux fruits coniques qui grossissent individuellement avant de se rejoindre et qui forment à maturité l'ananas que nous connaissons. Il ressemble à une pomme de pin d'où son nom anglais « pineapple ». L'écorce du fruit, composée de dessins hexagonaux, est de couleur variable, lorsqu'il est mûr, selon la variété du fruit. Sa chair, très juteuse, est également de couleur variable, passant du blanc au jaune, là encore suivant la variété.
La plante de l'ananas meurt si elle est exposée à une température inférieure à 10°, c'est une des raisons pour laquelle il ne faut pas mettre les ananas au réfrigérateur.

Un fruit pour toutes les saisons

On trouve des ananas tout le long de l'année sur nos marchés. La couleur de l'écorce n'est pas forcément un indice de maturité. Même si l'écorce est verte le fruit peut être mûr, en revanche son parfum est un bon guide, il devrait être très fruité et franc, toutefois si le parfum est trop fort, c'est probablement parce que le fruit a commencé à fermenter. On peut aussi, pour vérifier sa maturité, lui arracher une feuille de son plumet. Si la feuille vient facilement le fruit est mûr.
Il faut toujours choisir un fruit lourd, avec des feuilles vertes. Évitez les sujets qui semblent vieux et desséchés ou avec des parties molles et des feuilles brunes.

Les variétés

- Bouteille, à cause de sa forme, il vient des Antilles. Sa chair est jaune, juteuse et douce.
- Cayenne, sa chair est ferme, acidulée, jaunâtre et assez fibreuse.
- Pain de sucre, gros et allongé, sa chair est jaune ou blanchâtre très sucrée, douce et peu acide. Il vient des Antilles.
- Victoria, un petit fruit à feuilles dentelées, délicieux qui vient de la Réunion.

Les meilleurs arrivent par avion car ils sont cueillis à maturité mais ils sont plus chers que les ananas bateau.

Anne Hudson

Ebooks-land.net

Par Caroline Husson

Côtes du rhône nord :

S'il y a une terre où la syrah s'exprime avec panache, c'est bien là, entre Vienne et Valence dans un vignoble mouchoir de poche. Du nord au sud, on y rencontre des crus qui laissent rêveur: Côte-Rôtie, Saint-Joseph, Crozes-Hermitage, Hermitage ou encore Cornas. Monomaniaques de la syrah, cette sélection est pour vous !

Crozes-Hermitage Le Clos 2005

Delas frères
20,50 euros

Cette cuvée de la maison Delas est une sélection parcellaire. Les raisins proviennent exclusivement du Clos situé sur la plaine des Chassis, rive gauche duRhône. Ce vin n'est élaboré que dans les grandes années et sa production est volontairement limitée à 7.000 bouteilles par an. Robe rouge grenat profonde. Nez franc, ouvert, complexe, puissant, sur les fruits noirs compotés (cassis, mûres) et présente à l'évolution, de légères notes de cuir et de venaison. La bouche révèle beaucoup de délicatesse, d'ampleur et de suavité.

Crozes-Hermitage 2006

Domaine des Lises - Maxime Graillot
14 euros

Maxime Graillot a quitté le domaine familial (Alain Graillot) pour créer son propre domaine situé sur l'appellation Crozes-Hermitage. Il exploite 5 hectares uniquement encépagés en syrah. Les méthodes culturales sont traditionnelles mais orientées vers de faibles rendements, entre 35 et 40 hl/ha, pas d'herbicides, les sols étant exclusivement travaillés à la charrue, ceci pour favoriser un enracinement profond. Un travail cultural méticuleux tout comme les vinifications et l'élevage (gouttes et presses élevées séparément). Ce crozes-hermitage en a sous le pied, tout en nuances et en finesse, sur le fruit, avec une trame soyeuse et beaucoup de fraîcheur. Un modèle du genre.

Saint-Joseph 2007 L'olivaie

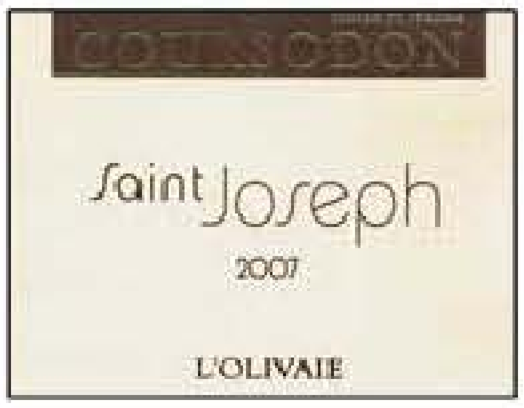
Pierre Coursodon
22 euros

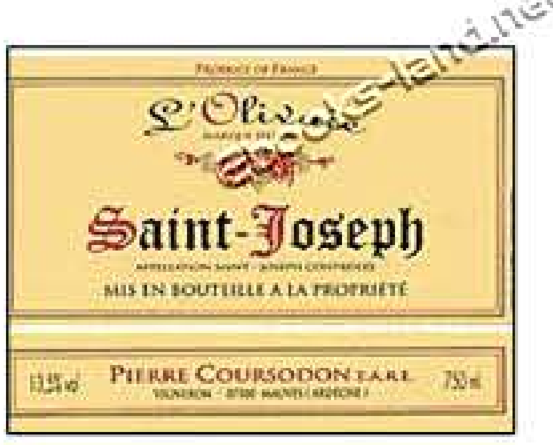
Le domaine Coursodon vinifie de père en fils depuis quatre générations. Il est situé dans le village de Mauves, au coeur de l'appellation Saint Joseph dont il est l'un des plus prestigieux représentants. Aujourd'hui dirigé par le jeune Jérôme, les vins du domaine ont affiné leur style. Un renouveau jusque dans l'habillage, puisque les étiquettes du domaine ont même été relookées ! Ce Saint-Joseph L'Olivaie est élevé 15 mois en fûts après 18 mois de cuvaison. En bouche, belle longueur avec des tanins serrés et soyeux. A boire dans les 5 à 7 ans.

Saint-Joseph 2006

Pierre Gonon
15 euros

Les frères Gonon, Pierre et Jean, exploitent 9 hectares de vignes uniquement sur l'appellation Saint-Joseph. Les vignes plantées sur les coteaux granitiques des communes de Mauves, Tournon et Saint-Jean-de-Muzols, sont travaillées de la manière la plus naturelle possible, sans aucun pesticide ni insecticide. Un travail cultural rigoureux pour ce Saint-Joseph issu exclusivement du cépage syrah. Solide et charpenté dans sa jeunesse, ce Saint-Joseph ferme et fruité, d'une pureté remarquable demandera un peu de patience pour révéler tout son potentiel.





l'éclatante syrah

Côte-Rôtie Brune et Blonde 2004

Etienne Guigal

45 euros

Est-il besoin de présenter cette prestigieuse maison installée au Château d'Ampuis, berceau de l'appellation Côte-Rôtie ? Et c'est cette même appellation qui a fait le prestige de ce domaine. Assemblage de parcelles de la côte brune et de la côte blonde, cette cuvée se compose de 96% de syrah et de 4% de viognier. Élevée 24 mois sous bois, elle offre une robe rubis sombre, un nez de petits fruits rouges et d'épices délicatement boisé. En bouche, beaucoup de rondeur, de souplesse et cette trame fruitée légèrement vanillée. Puissance et finesse pour ce Côte-Rôtie d'ores et déjà très épanoui.

Côte-Rôtie Champin le Seigneur 2006

Jean-Michel Gerin

30 euros

Jean-Michel Gérin a la culture du vin dans le sang depuis 5 générations et il a su hisser son domaine, formé au début des années 80, parmi les plus grands. Cette cuvée exemplaire est l'assemblage de plusieurs terroirs (90% syrah, 10% viognier) en coteaux sur micaschiste. A la dégustation, ce Côte-Rôtie est élégant, gourma nd, charmeur avec un équilibre remarquable malgré sa jeunesse. Souple et fruité, il se déguste parfaitement aujourd'hui et pourra vieillir sans problèmes une dizaine d'années.

Cornas 2006 Terres Brûlées

Jean-Luc Colombo

38,20 euros

C'est un personnage incontournable de la vallée du rhône et l'un des viticulteurs phare de l'appellation Cornas. Jean-Luc Colombo, œnologue de surcroît, conseille également de nombreuses maisons. Ici, à Cornas, il met son savoir-faire au service d'un très beau vignoble qu'il exploite en son nom depuis la fin des années 80. Dans un style pur et original, il vinifie des Cornas d'une rare élégance. Ce « terres brûlées » 2006 idéveloppe beaucoup de finesse sur des arômes de fruits mûrs, la bouche opulente, épicée et marquée par de puissants tanins offre une finale onctueuse et longue.

Côte-Rôtie La Germine 2005

Benjamin et David Duclaux

32 euros

Ce domaine ne produit que l'appellation Côte-Rôtie et exploite des parcelles situées au sud de l'appellation sur la côte blonde. 95% de syrah et 5% de viognier pour cette cuvée classique de la maison Duclaux. Puissant, concentré, il présente un fruit éclatant et une bouche dense et longue. A déguster dès à présent pour sa finesse et son fruit épanoui (carafage recommandé) et pour les amateurs de vieux millésimes, sachez que 2005 est un millésime de garde par excellence.

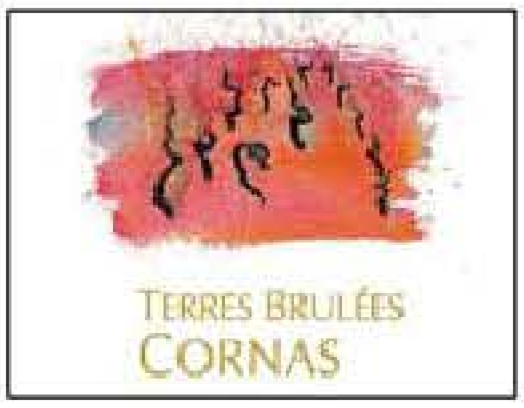
Hermitage La Chapelle 2005

Paul Jaboulet Ainé

160 euros

Le nom de l'Hermitage "La Chapelle" est lié à la petite chapelle Saint-Christophe surplombant le vignoble en terrasse dominant le Rhône. La Maison Paul Jaboulet Aîné est l'unique propriétaire depuis 1919. La diversité des terroirs des "lieux dits" confère au vin une identité particulière grâce à l'assemblage des différentes parcelles. Vin mythique issu de très vieilles vignes de syrah et produit en petites quantités (10 à 18 hl/ha). Un vin d'une grande élégance, tendu et droit, d'une grande pureté, sur un boisé fin et discret, des tanins fermes mais bien enrobés et une finale longue. Un cru d'exception taillé pour la garde.

Ebooks-land.net



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

SOUPE DE POTIRON FLEURETTE AU GOÛT DE LARD

TARTIFLETTE DE SAVOIE

L'Alchimiste

L'homme au chapeau ne cesse décidément de nous étonner. Marc Veyrat, le magicien des plantes, le montagnard triplement étoilé, vient de créer un « fast food bio » dans son repère d'Annecy. Petit entretien gourmand et décalé.

Points de repère

1950 Naissance à Annecy

1978 Première auberge dans le village familial de Manigod

1985 Ouverture de l'Eridan, à Annecy

1987 Déjà 2 étoiles au guide Michelin

1992 Crée « L'Auberge de l'Eridan », à Annecy

1995 3ème étoile Michelin

1999 Ouverture de « La Ferme de mon père » à Megève

2003 Marc Veyrat obtient 20/20 au Gault Millau à Annecy et l'année d'après 20/20 pour Megève

2006 Il vend « La Ferme de mon père »

2008 Crée le concept « Cozna Vera » à Annecy

Votre dernier coup de fourchette ?
Chez « Cozna Vera », un nouveau concept que je viens de lancer début décembre (Marc Veyrat crée le « fast food bio à la française » avec cette première adresse à Annecy. Au programme, bœuf bourguignon, pot au feu etc…).

Votre madeleine de Proust ?
Mon chapeau qui est celui de mon père berger !

Si vous n'aviez pas été chef, quel métier auriez-vous aimé exercer ?
J'aurais aimé être architecte.

Si vous étiez un plat ?
Je serais un plat végétal, sans pesticides, sans insecticides, sans engrais chimiques.

Le premier plat que vous avez réalisé ?
Je me souviens de la confection d'un caramel, assez raté je dois dire, offert à mes copains. J'avais dix ans.

Qu'est-ce qui vous met l'eau à la bouche ?
Le bonheur.

Quelle est votre principale qualité ? Et votre plus gros défaut ?
Sans doute la fidélité en amitié. Mon défaut ? J'ai trop de caractère.

Votre ingrédient fétiche ?
La berce (une plante sauvage des prés et des plaines de montagne*).

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Tous ceux qu'il me reste à inventer !

Votre gourmandise inavouable ?
Le chocolat, sous toutes ses formes.

Votre recette de vie ?
Amour, passion, tolérance.

Vos adresses secrètes ?
74 000 (code postal d'Annecy, ndlr) : l'adresse du bonheur !

books-land.net

GRATIN DE CHOU RAVE ET TOPINAMBOUR

CÔTES DE PORC AU CAFÉ

POTS DE CRÈME À LA LAVANDE

Votre péché mignon ?
Déguster la botanique au petit matin en montagne.

Le don de la nature que vous auriez aimé avoir ?
Etre aussi riche, aussi beau, aussi respectable qu'elle. Préservons là.

Votre saison préférée ?
La quatrième.

Une escapade qui vous fait rêver ?
La Cordillère des Andes.

La boisson qui vous rend meilleur ?
L'infusion au serpolet mais aussi le maté (plante à infusion stimulante issue d'Amérique latine, ndlr).

* Marc Veyrat, dès sa plus tendre enfance a appris avec son grand-père à reconnaître les herbes et les plantes sauvages.

Orianne Nouailhac

Ebooks-land.net

SOUPE DE POTIRON
FLEURETTE AU GOÛT DE LARD

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE
▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 30 MINUTES

À vos paniers

- 750 g de chair de potiron
- 125 g de lard fumé
- 1 cuillère à soupe de beurre
- 250 g de crème liquide
- 1/2 litre de lait
- Gros sel, sel et poivre

1 Verser 150 g de crème liquide dans une casserole, ajouter le lard fumé coupé en gros morceaux, porter à ébullition et laisser réduire de moitié afin d'obtenir une crème onctueuse. Passer cette crème, la laisser refroidir puis l'entreposer au réfrigérateur. Ne pas conserver les morceaux de lard.

2 Couper la chair de potiron en gros morceaux. Faire fondre 1 c. à s. de beurre dans une casserole, ajouter les morceaux de potiron, les faire suer 3 à 4 min. Mouiller ensuite avec le lait, saler avec du gros sel et laisser cuire pendant 30 min à couvert.

3 Fouetter 1 dl de crème liquide bien froide dans un récipient placé dans un plus grand contenant des glaçons jusqu'à obtenir la consistance d'une crème chantilly. Mélanger délicatement cette crème à l'aide d'une spatule en bois à celle parfumée au lard, bien froide également. Réserver ce mélange de crème au réfrigérateur.

4 Après 30 min de cuisson, mettre les morceaux de potiron et le lait dans le bol d'un mixeur et mixer. Rectifier l'assaisonnement, saler et poivrer éventuellement.

5 Servir cette soupe au potiron bien chaude dans des tasses chaudes et disposer délicatement dessus, dans chaque tasse, une cuillère à soupe de crème.

Conseils de chef

▪ Cette soupe se conserve 24 h au réfrigérateur dans un récipient hermétique.

A déguster avec

▪ Un Chignin Bergeron dans toute sa fraîcheur.

1

2

Ebooks-land.net

3

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération

4

5

Ebooks-land.net

TARTIFLETTE
DE SAVOIE

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 40 MINUTES

À vos paniers

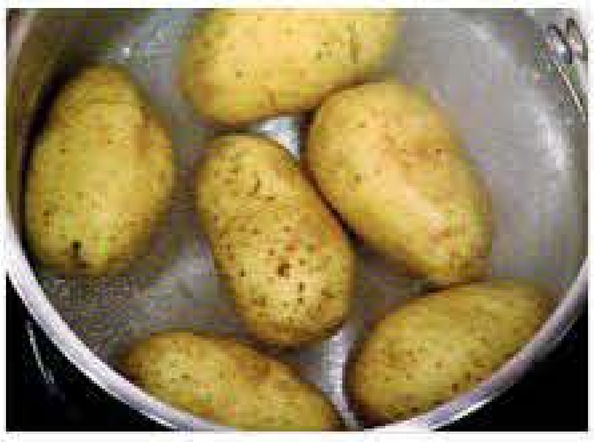
- 200 g de reblochon
- 60 g de beaufort râpé
- 6 pommes de terre moyennes
- 1/2 oignon pelé et haché
- 60 g de petits lardons fumés
- 15 g de beurre
- 50 g de crème fouettée
- 1 verre de vin blanc sec
- 1/2 dl de bouillon de volaille ou de bouillon de légume
- Gros sel, sel et poivre

Conseils de chef

■ Choisir une variété de pomme de terre assez ferme et un peu sucrée, une variété Roseval par exemple.

À déguster avec

■ Une jolie Roussette de Savoie pour jouer l'accord local!

①


②

③

④

⑤

1 Bien laver les pommes de terre, les mettre dans une casserole, les recouvrir d'eau froide, saler et porter à ébullition. Cuire ces pommes de terre de 20 à 40 min suivant leur grosseur. Vérifier leur cuisson en les piquant avec la pointe d'un couteau, celle-ci doit s'enfoncer facilement.

2 Faire fondre le beurre dans une casserole, ajouter et faire suer le 1/2 oignon haché pendant 1 à 2 min. Déglacer ensuite avec le vin blanc, porter à ébullition et laisser réduire jusqu'à obtenir la valeur d'1 c. à s. de liquide.

3 Lorsque les pommes de terre sont cuites, les égoutter, les peler et les couper en gros morceaux. Préchauffer le four à 240°C.

4 Mélanger délicatement dans un grand récipient les morceaux de pomme de terre avec les petits lardons fumés, la réduction de vin blanc et l'oignon haché. Mettre le tout dans un plat de cuisson allant au four.

5 Couper le reblochon en morceaux après avoir éliminé la croûte. Mettre les morceaux dans un récipient et les faire fondre dans un four à micro-ondes ou traditionnel. Le reblochon doit être tiède, pas trop chaud. Dés que le reblochon est fondu, le mettre tiède dans le bol d'un mixeur, l'émulsionner en y incorporant 1/2 dl de bouillon de volaille ou de bouillon de légume. Incorporer ensuite la crème fouettée, assaisonner de sel et de poivre. Verser ce mélange sur les pommes de terre. Parsemer de beaufort râpé. Glisser au four pendant 8 à 12 min, le temps que le dessus soit coloré.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

GRATIN DE CHOU RAVE
ET TOPINAMBOUR

▪ POUR 4 PERSONNES ▪ ENVIRON : 2,50 € PAR PERSONNE

▪ PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ CUISSON : 35 MINUTES

À vos paniers

- 400 g de topinambours pelés
- 400 g de chou rave pelé
- Le jus d'un demi citron jaune
- 40 g de parmesan râpé
- 45 g de beurre
- 30 g de farine
- 1 jaune d'oeuf
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1/2 litre de lait froid
- 1 râpure de noix de muscade
- Gros sel, sel et poivre

Conseils de chef

▪ N'hésitez pas à varier avec d'autres légumes: panais, potiron etc.

①

②

③

④

⑤

1 Couper les topinambours et le chou en tranche de 5 mm. Porter une grande quantité d'eau à ébullition. Saler l'eau et plonger le chou rave et les topinambours, ajouter le citron et compter 20 min de cuisson. Egoutter les morceaux et laisser tiédir.

2 Faire fondre 30 g de beurre dans une casserole. Lorsque le beurre est fondu, incorporer énergiquement 30 g de farine à l'aide d'un fouet. Cuire ce roux à petit feu pendant 3 à 4 min, ne pas le laisser colorer, il doit rester blanc. Incorporer ensuite 1/2 litre de lait froid tout en fouettant bien, assaisonner de sel et de poivre et d'une râpure de noix de muscade.

3 Laisser cuire cette béchamel pendant 3 min tout en fouettant bien, elle doit être lisse et très onctueuse. Incorporer ensuite, sur feu éteint, 1 jaune d'oeuf puis un cube de bouillon de volaille, bien mélanger.

4 Préchauffer le four à 220°C. Beurrer grassement un plat à gratin à l'aide d'un pinceau. Dresser les tranches de topinambour avec les morceaux de chou rave dans le plat. Conserver 4 tranches de topinambour et 4 morceaux de chou rave pour le décor final du gratin.

5 Recouvrir les légumes à hauteur de béchamel. Disposer dessus, au centre du plat, les tranches restantes de légumes en les intercalant, parsemer de parmesan râpé. Glisser au four et laisser cuire ce gratin pendant 15 min. Servir en garniture d'une viande rouge, ou blanche.

Ebooksgratuit.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Ebooks-land.net

CÔTES DE PORC AU CAFÉ

▪ POUR 2 PERSONNES ▪ ENVIRON : 5 € PAR PERSONNE
▪ PRÉPARATION : < 30 MINUTES ▪ CUISSON : 15 MINUTES

À vos paniers

- 2 côtes de porc
- 10 grains de café
- 10 cl de café
- 3 pincées de sucre semoule
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 6 cl de bouillon de volaille
- Sel et poivre

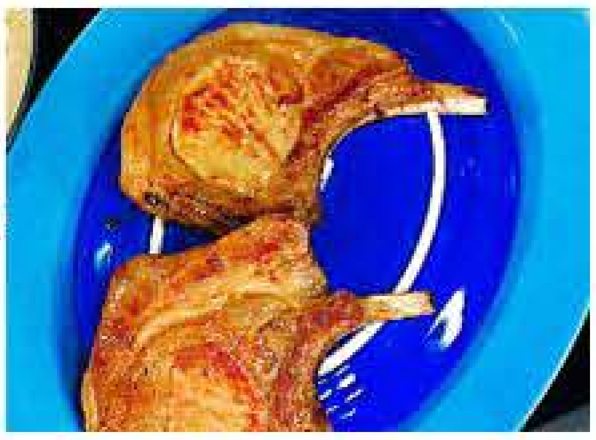
1 Saler légèrement les côtes de porc sur chaque face. Les saler une seconde fois toujours légèrement puis les poivrer. Chauffer 2 c. à s. de beurre dans un poêlon.

①

2 Disposer ensuite les côtes de porc, les saisir, les colorer de chaque côté. Compter 10 à 15 min de cuisson suivant l'épaisseur des côtes, les retourner à mi-cuisson.

②

3 Faire reposer ces côtes de porc sur une assiette retournée sur une plus grande. Cette plate-forme légèrement surélevée facilite la circulation de l'air tout autour de la viande, ce qui favorise une meilleure répartition du jus à l'intérieur.

③ 

4 Porter à vif la graisse de cuisson des côtes de porc. Lorsque cette graisse frémit, ajouter 10 grains de café, bien les rouler, les enrober de cette matière grasse, ajouter le bouillon de volaille, porter à frémissement et laisser réduire pendant 2 min.

④

5 Ajouter ensuite 10 cl de café, porter à frémissement et laisser réduire jusqu'à ce qu'il ne reste plus que la valeur de 2 c. à s. Ajouter ensuite 2, 3 pincées de sucre semoule, mélanger. Retirer le poêlon de la plaque de cuisson, y disposer les côtes de porc et servir.

⑤

Conseils de chef

▪ La viande de porc doit être salée à deux reprises car c'est une viande fade.

A déguster avec

▪ Un vin de Savoie fruité avec une belle matière, je pense à l'Arbin Mondeuse des Fils de Charles Trosset, exemplaire.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

POTS DE CRÈME À LA LAVANDE

- **POUR 4 PERSONNES** ▪ **ENVIRON : 1,50 € PAR PERSONNE**
- PRÉPARATION : <30 MINUTES ▪ TEMPS DE CUISSON : 30 MINUTES

À vos paniers

- 1 cuillère à soupe de fleurs de lavande séchées
- 4 jaunes d'œuf
- 40 g de sucre semoule
- 250 g de lait
- 330 g de crème liquide

Ebooks-land.net

POTS DE CRÈME À LA LAVANDE

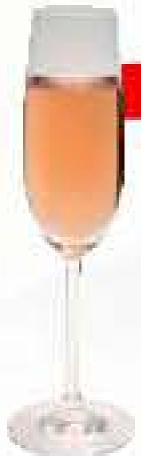
1 Porter le lait à ébullition dans une casserole. ajouter les fleurs de lavande séchées, donner un bouillon, retirer la casserole de la plaque de cuisson, couvrir et laisser infuser pendant 10 min.

2 Dans un saladier, mélanger énergiquement à l'aide d'un fouet les jaunes d'oeuf et le sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporer la crème liquide, le lait avec les fleurs de lavande. Passer cet appareil afin d'éliminer les fleurs de lavande.

3 Préchauffer le four à 150° C. Disposer au fond d'une cocotte, un cercle de papier sulfurisé de même diamètre que la cocotte, faire quelques encoches dedans.

4 Disposer les ramequins dessus, verser de l'eau jusqu'à mi-hauteur. Garnir les ramequins de l'appareil en le répartissant bien . Porter l'eau à frémissement puis couvrir.

5 Glisser la cocotte dans le four et laisser cuire pendant 30 min. Après 30 min de cuisson, sortir ces petits pots de crème à la lavande de la cocotte, les laisser refroidir avant de les déguster.



A déguster avec

■ Le très élégant champagne brut rosé de la maison Pannier.

①

②

③

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

4

5

Ebooks-land.net

Par le Dr Jean-Claude Houdret

Ski, vin chaud et

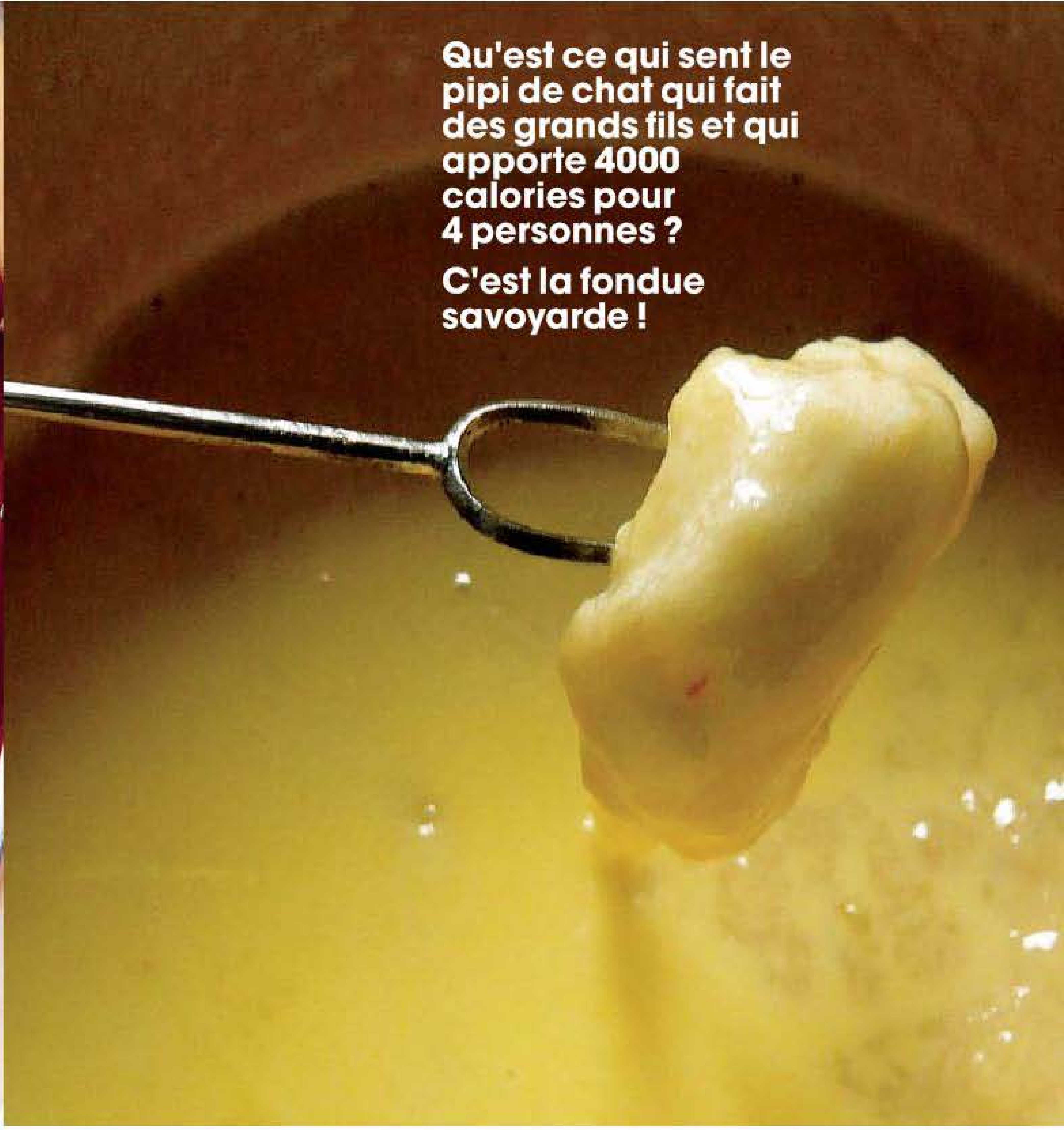
Les sports d'hiver, oui, mais à condition d'être bien préparé physiquement, de s'alimenter correctement pour compenser la dépense énergétique et de ne pas abuser du vin chaud!

Préparation indispensable

Le ski est aujourd'hui pratiqué par plus de 8 millions de Français qui s'y exercent chaque hiver. Qu'il soit alpin, nordique, de fond, freestyle, de randonnée ou extrême ; le ski fait travailler le sens de l'équilibre, la concentration et les muscles des bras, des jambes et du dos.

Par ailleurs c'est une source inépuisable d'ennuis médicaux : entorses, fractures, luxations, traumatismes crâniens et autres problèmes de muscles ou de cartilages. Cela est dû en grande partie au manque de préparation physique car il est stupide d'espérer passer sans dommage de la vie sédentaire à la rude activité des trappeurs du grand nord.
Et puis tout cela ouvre l'appétit !

Si vous préférez les pentes neigeuses à la mer chaude sous les palmiers je vous conseille de vous préparer physiquement pendant au moins le mois qui précède votre départ ; musculation, natation, abdominaux et perte de 2 ou 3 kilos devront être au programme.



fondue savoyarde

Une fois sur place mesurez vos efforts et faites attention à vous et aux autres. Ne vous mettez pas inutilement en danger et ne perdez pas de vue qu'il s'agit surtout de s'amuser.

Petit-déjeuner obligatoire

Prenez un solide petit déjeuner à base de sucres lents (pain, muesli, riz, semoule) agrémenté de jus de fruits pressés à la main et de boissons chaudes. Il n'est pas déraisonnable de compléter de façon mesurée par du jambon ou du blanc de poulet ou un peu de fromage. À midi un déjeuner léger et chaud dans un restaurant d'altitude, sans alcool sera le bienvenu. C'est le soir que vous pourrez plus facilement vous adonner modérément aux délices de la gastronomie locale. Je sais bien que c'est une aberration car il serait mieux de manger plus copieusement à midi et plus légèrement le soir mais faire du ski avec une potée ou une fondue dans l'estomac n'est pas forcément évident !

Avec modération

Et ne parlons pas du vin chaud, votre ennemi! Un vin chaud, ça va, trois, bonjour les dégâts!

Pris à l'unité ce délicieux breuvage vous réchauffera mais pris en plus grand nombre il vous coupera les jambes dans un premier temps et vous poussera à la sieste dans un second temps.

La sieste à 14h au soleil d'altitude très riche en UVA risque de vous décorer le visage de magnifiques et douloureux coups de soleil !

Bonne chance !

ET UN SUPPLÉMENT :
LOGIQUE & MÉMOIRE
Testez votre logique, et votre sens de l'observation
Supplément détachable
Jouez en ligne sur www.ludojeux.com
FÉVRIER/MARS 2009
Les Cahiers de RÉPONSE À TOUT!
JEUX
SPÉCIAL MOTS FLÉCHÉS
SPÉCIAL MOTS FLÉCHÉS
Mots codés
Ronde des mots
Mots mélangés
D'un mot à l'autre
Citations codés
Mots croisés
Vrai ou faux
300 € CASH à gagner
JOUEZ ET GAGNEZ...
...des croisières de rêve sur l'Orient Queen
...de magnifiques sacs Mac Douglas
...du matériel numérique High-Tech
Jeux gratuits sans obligation d'achat

Crédits photos

Couverture
Agnès Pelletier, Gérard Bedeau

Recettes
Futur TV, ATPF, Gourmet TV Productions, Agnès Pelletier, Hector Barotoqui, Meryem Senhaji

Edito
Caroline Husson

Produits du mois
Ananas,escargot: Hector Barotoqui
Fromage: reblochon en piste

Tours de mains, Avis du sommelier
Gérard Bedeau

Portraits
Gérard Bedeau, D.R. Chalet du mont d'Arbois, Drouant, Château de Beaulieu,
Maison de Marc Veyrat, Patrick Gauthier:
Gianni Villa

Bien manger
Hector Barotoqui, Syndicat micte des Monts Jura

Propos gourmands
D.R. Maison Pic

Escapade
D.R. les fermes de Marie

ET SUR LE WEB ?

Découvrez nos bonus sur cuisinezcommeunchef.fr

- Des **recettes originales** et les portraits de chefs en vidéo
- Des **adresses** supplémentaires pour préparer une bonne table
- Des **jeux interactifs**, notre sondage du mois...
- Notre **sélection de vins**

Notre prochain numéro sera en kiosque le 27 mars 2009

Présidente Directrice Générale
Directrice de la Publication
NATHALIE AYACHE

Directeur Administratif et Financier
KARIM HAMEL
khamel@groupe-ayache.com

Directeur Exécutif
VINCENT HAM
Tél. : 01 45 03 80 13
vham@groupe-ayache.com
assisté de
AMÉLIE NAHM (promotion)

Abonnement
Tél. : 01 45 03 80 08

Relations abonnés
18-24, quai de la Marne
75164 Paris cedex 19
Tél. : 01 44 84 80 20
3c-abo@dipinfo.fr

Coordinatrice web
AMANDINE CAUCHY
acauchy@groupe-ayache.com

Inspection réseau
Groupe Promévente-Sordiap

APPEL GRATUIT
N° Vert 0 800 827 884
Numéro réservé aux dépositaires et diffuseurs

Comptabilité
CHRISTOPHE ENICOLO,
SABINE HAYAT
(contrôleuse de gestion)
Tél. : 01 45 03 80 32

Cuisinez Comme un Chef
est distribué par Transport Presse
et édité par
La Compagnie des Chefs
SAS au capital de 150 000 €
Les 3 principaux associés sont :
Groupe Alain Ayache
Gourmet TV Productions - Futur TV

Siège social
117, rue de La Tour – 75116 Paris
N° de commission paritaire
1009K89134

Aucun texte ou illustration ne peut être reproduit sans l'autorisation expresse de la direction.

Photogravure
Seledigital-Bilbao

Impression
NIIAG - Bergame
" Printed in Italy "

Directeur Général
Directeur de la Rédaction
GUY JOB
Tél. : 01 40 60 63 63
guy.job@gourmet.tv

Rédaction
21, rue Leblanc – 75015 Paris
redaction@futur.tv

Conseillères à la Rédaction
CAROLINE AYACHE
MARTINE RUDLER

Rédactrice en Chef
MARIE-CAROLINE MALBEC

Rédactrice en Chef adjointe
CAROLINE HUSSON

Directeur artistique
SYLVAIN BERTHAUME

Premier rédacteur graphiste
GILDA ROSAMBERT

Maquette
SANDRA MACÉ

Ont collaboré à ce numéro
FRANCIS BATT, JEANNE BERNY, MARINA GOBET, ANTOINE HERNANDEZ, JEAN-CLAUDE HOUDRET, ANNE HUDSON, CHRISTIAN JANIER, ORIANNE NOUAILHAC

Régie Publicitaire
mcs
6, ter rue Rouget-de-L'Isle
92400 Courbevoie
Tél. : 01 49 97 07 06

Directrice Générale
MAUD COHEN SOLAL

Directrice Commerciale
PASCALE BIEDER-SINGER
pbieder-singer@mcsregie.fr

Directeur de Publicité
JEAN-PIERRE LAROUSSINIE
jpierrelaroussinie@mcsregie.fr

Chef de publicité
BENOIT HERY
bhery@mcsregie.fr
BENJAMIN CLET
bclet@mcsregie.fr

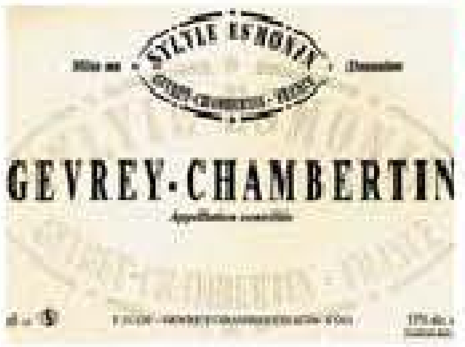
Assistante
FRANÇOISE VAVOULIS
fvavoulis@mcsregie.fr

OJD PRESSE PAYANTE
Contrôle en cours
BVP

www.cuisinezcommeunchef.fr

Par Antoine Hernandez

Coups de cœur



Gevrey-Chambertin 2005

Domaine Esmonin Sylvie

De nombreux changements dans la conduite de la vigne depuis 1990 ont permis de récolter des raisins mûrs, sains et naturels. C'est vraiment là le sens du travail, retrouver le terroir. Le 2005 possède une robe profonde rouge intense, nez de fruits rouges qui ne s'est pas encore refermé avec une bouche d'une très grande finesse aromatique, signe d'une belle maturité des raisins et exprimant parfaitement le terroir. Elégant et subtil, il saura sublimer un petit gibier à plume ou une viande blanche. Servir à une température de 16° environ..

Sancerre rouge 2006 Cuvée Charlouise

Domaine Vincent Pinard

Le domaine date d'avant la révolution de 1789 et se transmet de père en fils. . Florent et Clément ont rejoint leur père Vincent. Les travaux de la vigne se font avec respect de l'environnement , les vendanges sont manuelles, les raisins sont triés et les rendements très faibles. Vincent Pinard recherche le côté féminin du pinot noir (avoir du fruit et du terroir et en aucun cas trop d'extraction et trop de bois). Charlouise est gourmand, profond, fruité et minéral à la fois, cet équilibre invite à une dégustation immédiate avec une caille rôtie par exemple. Cette cuvée tire son nom des parents de Vincent, Charles et Louise, qui ont planté ces vignes.

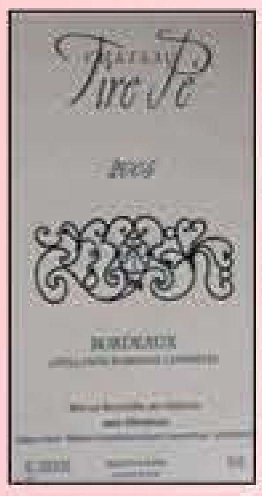
Saint Emilion Grand Cru Classé

Château Fleur Cardinale 2005

Le Château Fleur Cardinale est situé à l'est du village de Saint-Emilion, au milieu du plateau calcaire, sur l'un des points culminants de l'appellation. Sur ses 18 hectares avec un âge moyen de vignes de 35 ans et un encépagement 70% merlot, 15% cabernet franc et 15% cabernet sauvignon, ce Saint-Emilion Grand Cru tire son caractère de vignes soigneusement entretenues et exploitées avec rigueur, permettant de récolter des raisins parfaitement mûrs et sains. Le millésime 2005 possède une très belle robe sombre à reflets dorés. Nez très original d'épices, en bouche, le moelleux est formidable. Le goût évoque la cerise et la framboise. Vin joliment construit, la densité et la longueur sont excellentes, à boire entre 2011 et 2025.

Bordeaux

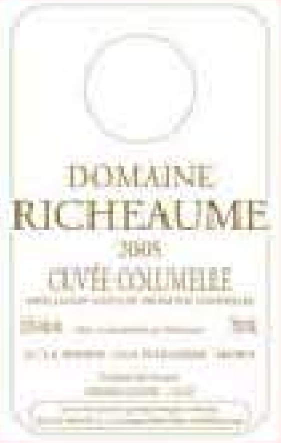
Château Tire Pé 2005



Issu d'une petite propriété située sur un coteau argilo-calcaire, ce vin est le fruit d'une sélection rigoureuse des plus belles parcelles de merlot.
Il est élevé 16 mois en cuve.
Nature, terroir, respect, authenticité, équilibre et plaisir font partie des maîtres mots de la démarche de David Barrault, le propriétaire vigneron.
Ce 2005 possède une belle matière, un nez de fruits rouges épicés (réglisse, menthol), de tannins mûrs mais avec une grande fraîcheur indispensable à l'équilibre et aux accords mets-vins que ce dernier offre.

Côtes de Provence rouge 2005 Cuvée Columelle

Domaine Richeaume



Terroir : argilo-calcaire
Rendement : 25hl/ha
Cépages : 45% cabernet sauvignon (34ans)
45% syrah (34ans)
10% grenache (93ans)
La robe est rouge traversée de reflets violacés, le nez de bois de cerisiers tire sur le sous-bois, en bouche, l'attaque est enveloppante et puissante, les tannins fondus et apaisés, évoluant en bouche vers le chocolat léger. Sa structure bien bâtie confirme son caractère de vin de garde.
Cependant, il tiendra tête dès à présent à un civet de sanglier.

Ebookland.net

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

NOS ADRESSES

Olivier BARDOUX
Le Chalet du Mont d'Arbois
447, chemin de la rocaille
74120 MEGEVE
Tél. 04 50 21 25 03
domainedumont
darbois.com

Patrick GAUTHIER
La Madeleine
1, rue Alsace Lorraine
89100 SENS
Tél. 03 86 65 09 31
restaurant-lamadeleine.fr

Marc MEURIN
Le château de Beaulieu
Rue de Lillers
63250 BUSNES
Tél. 03 21 68 88 88
le-meurin.fr

Marc VEYRAT
La Maison de Marc Veyrat
13, vieille route
des pensières
74290 VEYRIER DU LAC
Tél. 04 50 60 24 00
marcveyrat.fr

Antoine WESTERMANN
Drouant
16-18 place Gaillon
75002 PARIS
Tél. 01 42 65 15 16
drouant.com

VINS

La Cave de Joël Robuchon
3, rue Paul Louis Courier
75007 PARIS
Tél. 01 42 22 11 02
lacavedejoelrobuchon.com

Domaine des Lises
Les chênes verts
26600 PONT DE L'ISERE
Tél. 04.75.55.13.49

Domaine Coursodon
3, place du marché
07300 MAUVES
Tél. 04 75 08 18 29
pierrecoursodon@wanadoo.fr

Domaine Gonon
34, avenue Ozier
07300 MAUVES
Tél. 04 75 08 45 27

Domaine Delas frères
Z.A. de l'olivet
07300 SAINT-JEAN-DE-MUZOLS
Tél. 04 75 08 60 30
france@delas.com

Domaine Jean-Michel Gérin
19, rue de Montmain
Verenay
69420 AMPUIS
Tél. 04 74 56 16 56
gerin.jm@wanadoo.fr

Vins Jean-Luc Colombo
La croix des Marais
26600 LA ROCHE DE GLUN
Tél. 04 75 84 17 10
Vinsjlcolombo.3it.com

Domaine Benjamin et David Duclaux
34 route de Lyon
69420 TUPIN ET SEMONS
Tél. 04 74 59 56 70
contact@coterotie-duclaux.com

Domaine Etienne Guigal
Château d'Ampuis
69420 AMPUIS
Tél. 04 74 56 10 20
contact@guigal.com

Domaine Paul Jaboulet Aîné
BP46-La roche de glun
26600 TAIN L'HERMITAGE
Tél. 04 75 84 68 93
info@jaboulet.com

PROPOS GOURMANDS

Anne-Sophie Pic
Maison Pic
285, avenue Victor Hugo
26000 VALENCE
Tél. 04 75 44 15 32
pic-valence.com

SAINT VALENTIN

letorchonacarreaux.fr
mariagefreres.com
maxicook.com
appolia.com
maisonsdumonde.com
lacavedeschateaux.com
atelier-des-sens.com
feuillatte.com
lamaisonduchocolat.com
maison-de-la-truffe.com
thiercelin.com

C EST TOUT BON

herta.be
maille.com
andros.fr
bonne-maman.com
newcoventgarden
food.com
albal : 01.48.00.73.51
daddy.fr
rians.com
meert.fr
heinz.fr

ELECTRO CHIC

bosch.fr
de-dietrich.com
miele.fr
neffelectromenager.com,
viking-europe.com
whirlpool.fr

S EQUIPER TOP

Francis Batt
180, avenue Victor Hugo
75116 PARIS
Tél. 01 47 27 13 28
francisbatt.com

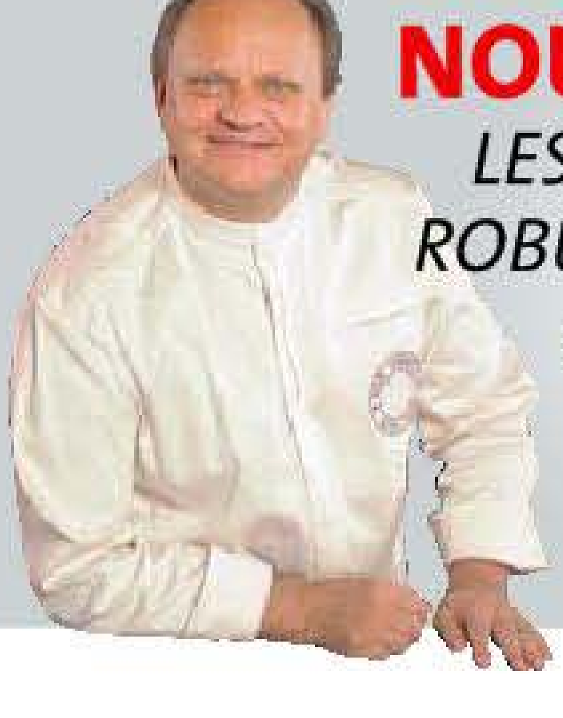
casashops.com
whiteandbrown.com
krups.fr
kitchenaid.fr
staub.fr
bodum.fr
tefal.fr

ESCAPADE

Les Fermes de Marie
Chemin de Riante Colline
74120 MEGEVE
Tél. 04 50 93 03 10
fermesdemarie.com

EXTRAIT DU RÈGLEMENT CONCOURS «PYREX Elegance»

Jeu gratuit sans obligation d'achat, ouvert à toute personne majeure en métropole, y compris en Corse, en Suisse et au Luxembourg. Chaque participant répondra et laissera ses coordonnées complètes au 08 92 68 86 68 (0,34 euro/min) avant le 26/03/2008 minuit. Le tirage au sort sera effectué le 15/04/09 et désignera 40 gagnants. Chaque gagnant remportera un ensemble de plats de la gamme PYREX Elegance composé de :
511B511B000/0144
Rect. roaster 39x25cm à 29,00€
521B521B000/0144
Oval. roaster 39x27cm à 29,00 €
550A550A000/0143
Round Cass. 2,5L à 26,00 €
540B540B000/0144
Measuring Jug. 1L à 16,00€
504B504B000/0145
Mixing Bowl 2L à 16,00 €
SOIT UN TOTAL de 116€ TTC
soit 96,99 € HT
Les gagnants seront prévenus individuellement par courrier. Le règlement ainsi que la demande de remboursement des frais de participation sont disponibles gratuitement sur simple demande auprès du Groupe Alain Ayache – Service Concours 117 rue de la Tour 75116 Paris. Le règlement du concours est déposé auprès de Maître Eric Albou, Huissier de justice (Paris 11ème).

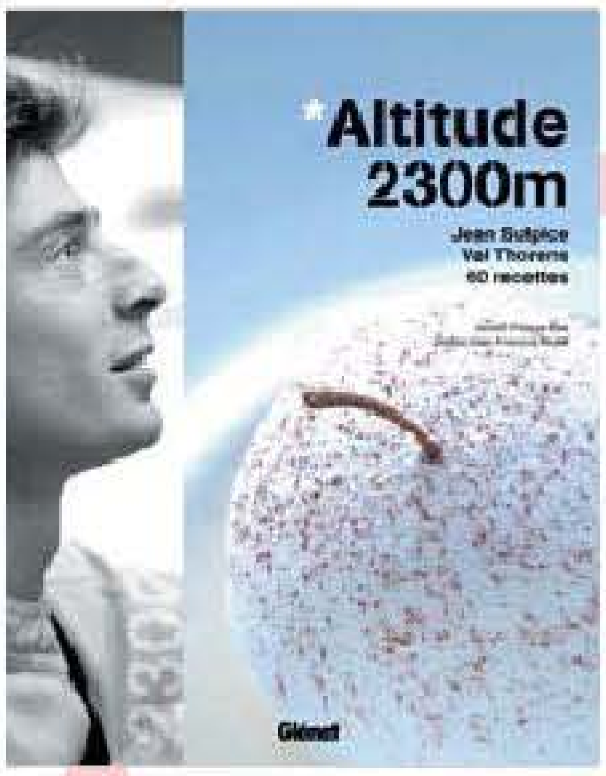


NOUVEAU 2 DVD !
LES RECETTES DE JOËL ROBUCHON ET SES AMIS GRANDS CHEFS

9,95€
40 RECETTES PAR DVD
DE 110 MINUTES ENVIRON

Vous voulez commander ?
Envoyez vos coordonnées complètes accompagnées de votre règlement* à l'ordre de :
GOURMET TV EDITIONS
21, rue LEBLANC 75015 PARIS

*Soit DVD RECETTES DE FETES : 9,95€
ou DVD VOLUME 1 : 9,95€
ou LES DEUX DVD : 19,90€
(frais de port inclus)



▶ AU SOMMET

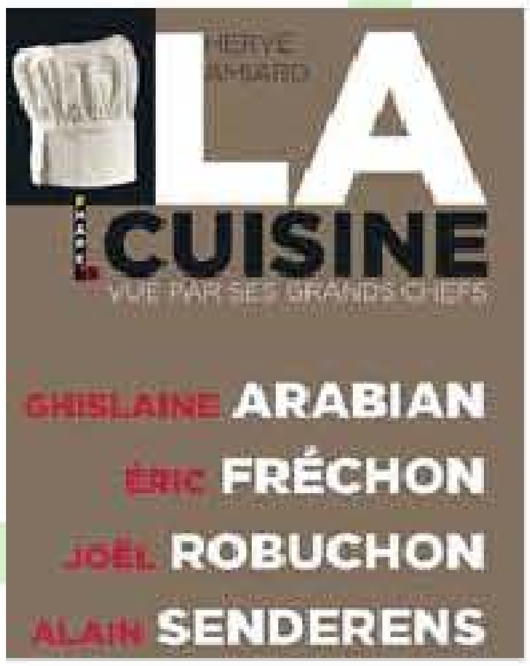
JEAN SULPICE vous convie à un voyage initiatique sur ses cimes gourmandes de Val Thorens. L'occasion de découvrir le parcours de ce jeune chef passionné qui présente outre une soixantaine de recettes, des produits et des hommes. chers à son terroir natal savoyard. Textes de Philippe Boé. Photos de Jean-François Mallet Altitude 2300m 39€ Editions GLENAT.

▶ LE BONHEUR EST DANS LE POT

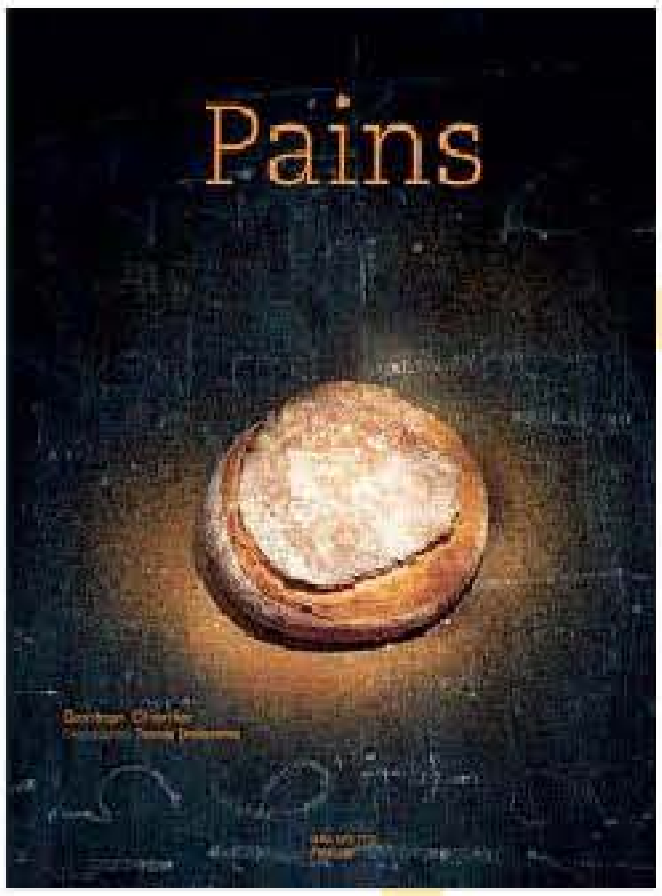
Comment retrouver le bon goût des yaourts de notre enfance ? A l'aide d'une simple yaourtière, classiques natures ou à la vanille, aux fruits, au muesli ou encore façon lemon curd, , vous pourrez confectionner vos yaourts à loisir et même réaliser des recettes à base de ces délices lactés. Photographies de David Japy. Mes Petits Pots de Yaourt par CATHY YTAK. 7,90€ Editions MARABOUT.

▶ 4 GRANDS CHEFS PASSENT À TABLE

HERVÉ AMIARD, photographe, les connaît bien pour leur avoir consacré plusieurs ouvrages. Cette fois il a choisi de les réunir et de leur donner la parole en abordant des sujets aussi variés que le bio, la cuisine moléculaire, la malbouffe, la critique etc. 4 chefs, 4 personnalités qui ont marqué la gastronomie française : Ghislaine Arabian, Eric Fréchon, Joël Robuchon et Alain Senderens. La Cuisine vue par ses grands chefs 25€ Editions HUGO&CIE.



▶ UNIVERSEL

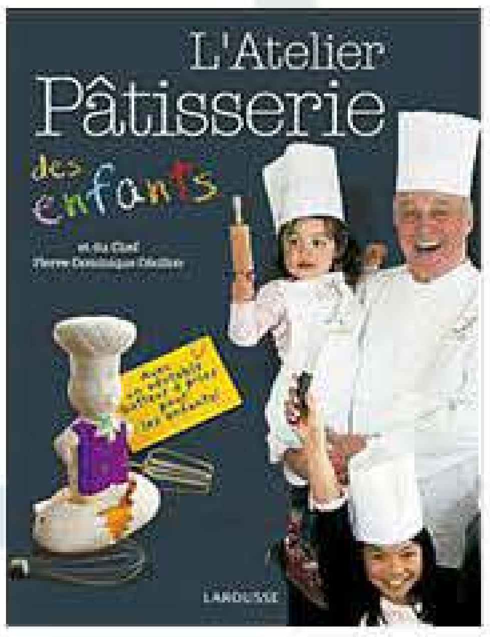


GONTRAN CHERRIER, boulanger et auteur de nombreux ouvrages sur le sujet récidive en nous contant le pain sous une forme nouvelle, à travers 5 chapitres, chacun abordant le pain sous un angle symbolique. Chaque recette magnifiquement illustrée (Thomas Dhellemmes) et mise en scène (Véronique Villaret) livre par ailleurs les secrets de ses origines, de sa fabrication et de sa diversité. Et pour ne pas abîmer ce très bel ouvrage, dissimulé dans la reliure, un petit guide pratique illustré qui reprend les 50 recettes. Pains 39,90€ Editions HACHETTE PRATIQUE.

Ebooks-land.net

▶ LA PÂTISSERIE EST UN JEU D'ENFANT

30 recettes sucrées créées et expliquées par le chef PIERRE-DOMINIQUE CÉCILLON, qui donne chaque semaine des cours de cuisine pour les enfants, dans le cadre de ses ateliers. Des recettes simples à réaliser, adaptées au niveau des enfants et illustrées par de belles photographies. En plus, un batteur « petit chef » à piles est fourni ! L'Atelier Pâtisserie des enfants 19,90€. Editions LAROUSSE.



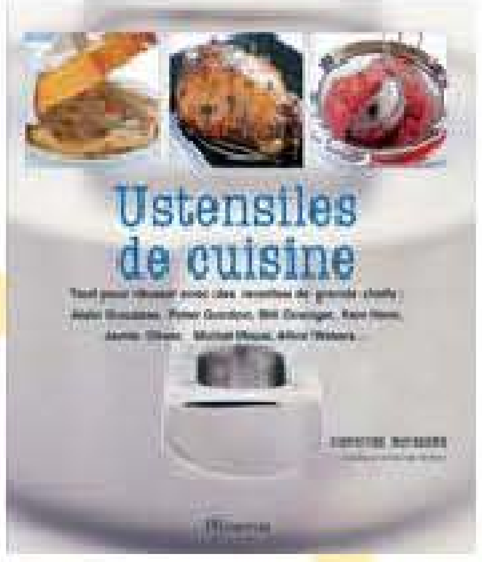
▶ MINCIR AVEC JOËL ROBUCHON

JOËL ROBUCHON avec le docteur PATRICK-PIERRE SABATIER ont conçu ce livre, véritable mode d'emploi à l'usage de tous ceux qui souhaitent repenser leur régime alimentaire. Construit en deux parties, conseils et plan d'attaque chronologique d'un côté et recettes de l'autre, il vous aidera sans nul doute à vaincre vos petits kilos superflus. 150 recettes pour mincir et rester mince enfin ! 35€. Les éditions ALAIN DUCASSE.

▶ FROMAGE EN BOÎTE

Faites le tour de France des maîtres-affineurs et explorez les particularités et les saveurs de nos terroirs. Le tout servi dans une jolie boîte en bois! Fromages & Cie de MARIE DE METZ NOBLAT 14,90€
Editions FIRST.

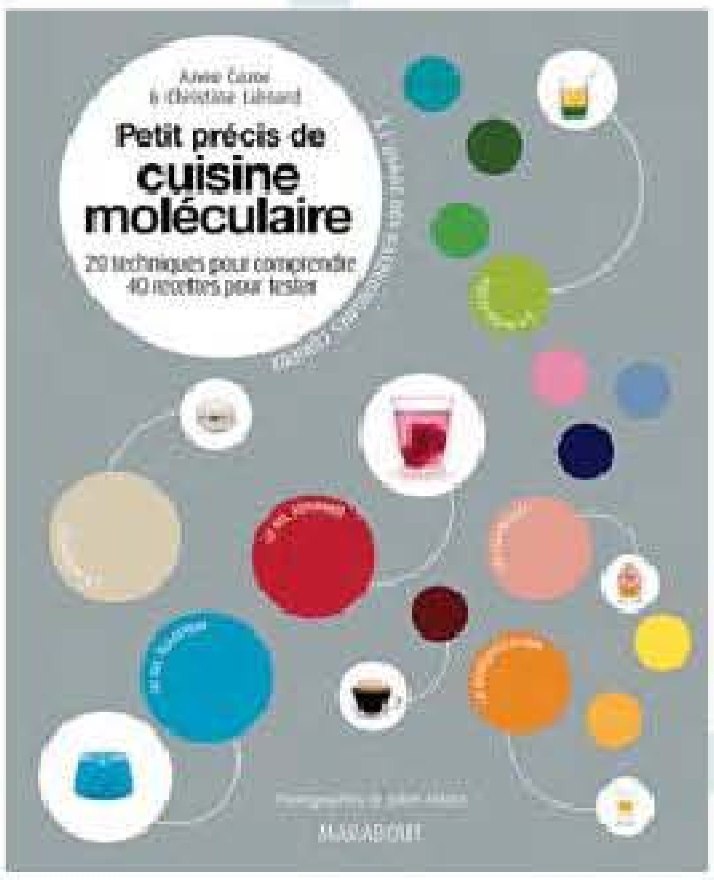
▶ BIEN ÉQUIPÉ

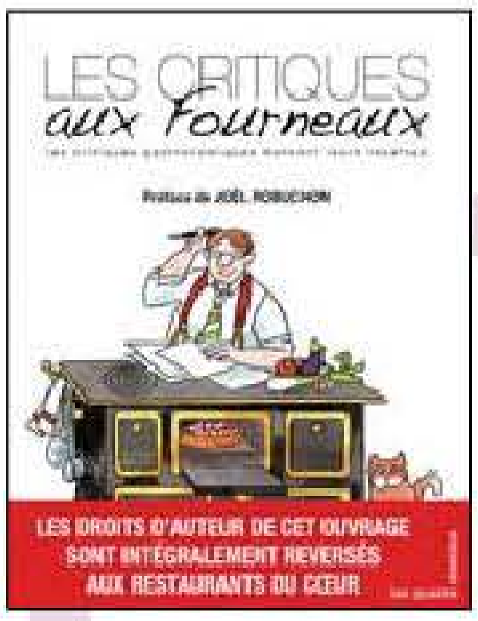


Sans ustensiles, difficile de faire la cuisine. Chacun d'eux a une fonction bien précise, que nous détaille CHRISTINE MCFADDEN. Elle passe au crible plus de 500 ustensiles avec à la clé 100 recettes de grands chefs permettant de s'initier à leur maniement. Toutes les techniques, présentées étape par étape, n'auront plus de secrets pour vous! Ustensiles de cuisine 25€
Editions MINERVA.

▶ SCIENCE ET CUISINE

Ne vous-êtes vous pas déjà demandé ce que sphérification pouvait bien vouloir dire ? Cet ouvrage vous offre entre autres la réponse. Dans ce Petit précis de cuisine moléculaire, vous allez pouvoir appréhender les différentes techniques mais aussi les mettre en pratique à travers des recettes. Un livre composé à 4 mains par deux femmes ingénieurs en agro-alimentaire, ANNE CAZOR et CHRISTINE LIÉNARD. 19,50€.
Editions MARABOUT.

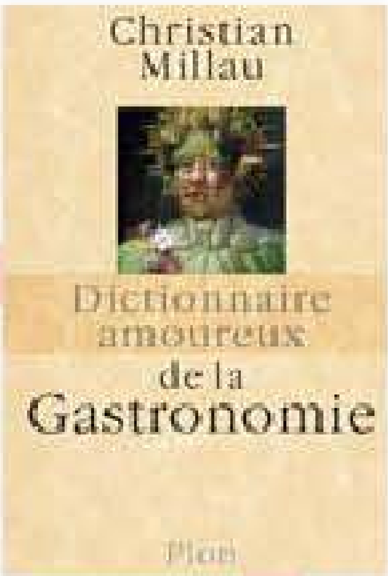




▶ LES CRITIQUES ONT DU COEUR

Les critiques culinaires savent-ils cuisiner ? Assurément oui. A l'initiative de l'Association Professionnelle des Chroniqueurs et Informateurs de la Gastronomie, ils livrent dans cet ouvrage leurs recettes préférées afin de soutenir les Restaurants du Cœur, l'intégralité des droits d'auteur étant reversés à cette association. Une centaine de recettes en tout genre illustrées en couleur par Michel Bridenne. Les Critiques aux fourneaux 22€.
Editions LES QUATRE CHEMINS.

▶ INDISPENSABLE



« J'aurai passé un demi-siècle de ma vie à rouler ma bosse et mon estomac sur la Terre entière et n'ai toujours pas perdu l'appétit de le raconter. Non pas en professeur " ès-gastronomie " oh le vilain mot ! mais en gourmand, amateur de bonnes et belles choses, de rencontres et de découvertes. » dixit CHRISTIAN MILLAU, l'auteur et le co-fondateur du célèbre guide Gault et Millau. Dictionnaire amoureux de la Gastronomie 25€
Editions PLON.

Les Fermes de Marie Megève

A Megève, l'un des plus jolis villages de nos montagnes, amphithéâtre de neige placé face au Mont Blanc, les Fermes de Marie sont un hôtel de charme où la magie opère : on ne résiste pas à la chaleur de ses vieux bois et à ses assiettes gourmandes.

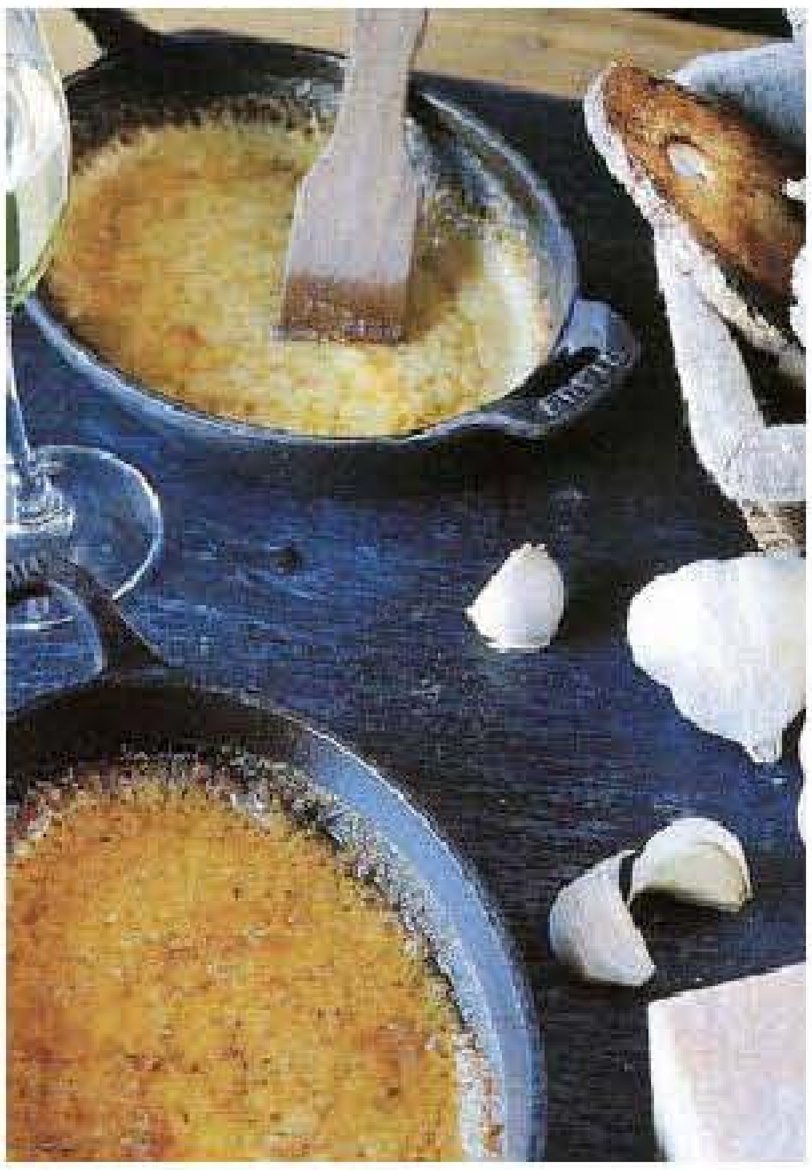
Ebooks-land.net

Amateurs de style rustique, de nature et de luxe, cet endroit divin est pour vous. A l'heure où la montagne a été bétonnée de sommet en sommet, défigurée parfois et la plupart du temps pourvue d'hôtels sans charme, froids, modernes et fonctionnels, il est urgent de se ressourcer dans des lieux authentiques au cachet inégalé. Les Fermes de Marie sont de ceux là.

Elles sont mêmes les instigatrices d'un nouveau type d'hébergement en petits chalets ayant inspiré toute une génération d'hôtels de montagne. A Megève, dans ce village typique et unique sachant concilier luxe et terroir, design et rusticité, gastronomie classique et contemporaine, dans ce petit joyau des Alpes, les Fermes n'ont cessé d'évoluer et de se réinventer.

Un hameau sublime

Megève a su conserver un patrimoine architectural typique où ruelles étroites, boutiques gourmandes et maisons de charme attirent une clientèle internationale select exigeante et avide d'authenticité. Fleuron du village, les Fermes de Marie ont inventé en 1989 un nouvel art de vivre à la montagne : l'après-ski devenait soudainement presque



aussi essentiel que le ski lui-même ; la détente au coin du feu, sous la lumière de petites lampes tamisées et sous le regard des portraits d'ancêtres, le plaisir de bien manger après une journée dans la poudreuse et bientôt, telle une évidence, les premiers SPA de montagne pour se ressourcer dans des eaux chaudes en regardant à travers les vitres les cimes enneigées.

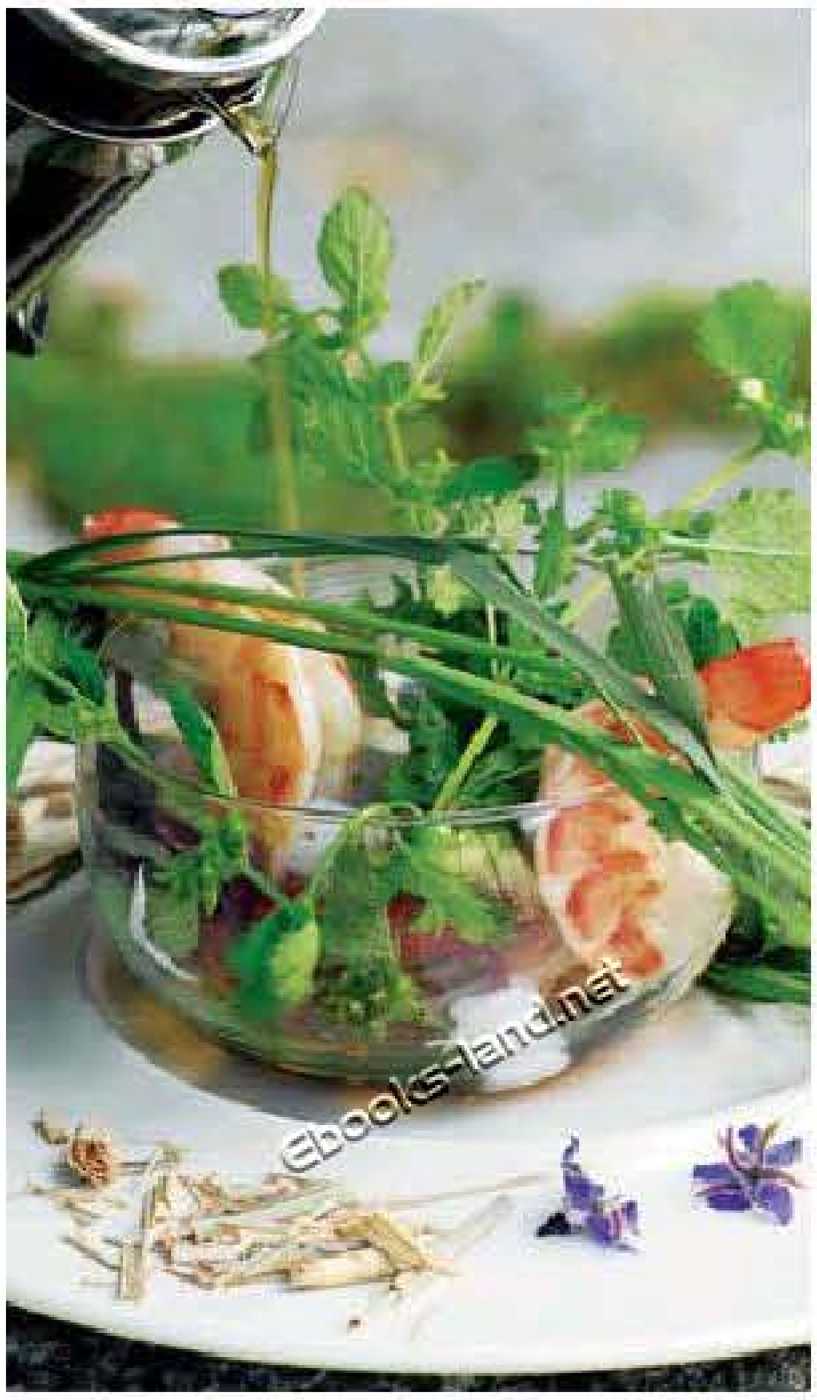
Des chalets historiques...

Jocelyne et Jean-Louis Sibuet, les propriétaires, également à la tête de très belles maisons à Ménerbes, Ramatuelle et Lyon, n'ont cessé depuis de renouveler la décoration de leurs jolis petits chalets. Chineurs invétérés, ils les ont ainsi délestés du superflu afin de créer un style plus léger, moins chargé, plus brut mais tout aussi charmant. Les petits rideaux volantés et les coussins à franges ont laissé la place à des lins naturels et à des tissus de Pierre Frey ; les salles de bains se sont habillées de granit gris. Les plafonds à caissons en bois expriment toute la beauté de ces chalets d'habitat traditionnel et chaque meuble,

chaque objet patiné, évoque une histoire : le linge se range dans des armoires à grains, les chaussures de montagne se camouflent dans des coffres de mariage peints. Car Les Fermes de Marie ont une caractéristique rare : véritable village dans le village, elles sont constituées de huit fermes d'alpage plusieurs fois centenaires démontées puis remontées sur un parc de deux hectares afin de créer un hameau, dans le respect du patrimoine. Soixante dix chambres sont ainsi dispatchées dans ces chalets historiques et enchâssés dont les jolies terrasses donnent sur les toits de Megève et la chaine du Mont Blanc. Deux autres chalets, le Chalet des Fermes et le Chalet Chatel, sont dédiés aux familles qui souhaitent louer un espace privatif de cinq chambres pour une semaine. Ils sont proposés avec un service d'exception et notamment une gouvernante dédiée.

... où la gourmandise se vit au coin du feu

Dans la chaleur du vieux bois, les soirées s'égrènent au coin du feu dans les différentes tables de la maison. Le restaurant traditionnel et son immense salle en bois, le restaurant « L'Alpin » au design contemporain où la vache est à l'honneur dans l'assiette tout autant que sur les meubles sans oublier, pour le déjeuner, le restaurant



d'altitude « L'Alpette 1895 », dans le massif de Rochebrune où la terrasse offre une vue imprenable sur les cimes. A « L'Alpin », une rôtisserie permet de déguster des viandes rôties, jarret de cochon de lait et autres souris d'agneau au thym mais la carte propose également des ardoises avec charcuteries, des verrines de crudités, des œufs brouillés en plusieurs façons, des pâtes aux cèpes ou aux truffes. Le soir venu, l'assiette se fait plus élaborée : quasi de veau au vieux comté et belle de Morteau ; faux filet de bœuf Simmenthal entrelardé ; caille rôtie à la fleur d'oranger, jus au genièvre et orange ; pavé de cabillaud, tatin d'endives, émulsion au miel vert de sapin. Du côté des douceurs, des tartes aux fruits, petits pots de crème et autres gâteaux de Savoie sont autant de délices qui nous ramènent à l'enfance. Mais l'après-ski, outre l'assiette, se vit aussi du côté du SPA, dans les dix-sept cabines, la piscine intérieure, le bain suédois extérieur et le sauna. Des murs en larges planches de bois peint et des pierres des torrents de montagne nous ramènent à la nature et à la minéralité. La salle de repos, sublime, est traitée comme une clairière dans un bois, et les lits sont alignés entre de fins troncs de hêtres, de tilleuls et de bouleaux pour un dépaysement total. Les amoureux de la montagne, qui aiment recharger leurs batteries tout en chouchoutant leurs sens, trouvent aux Fermes de Marie un univers aussi doux qu'incontournable.

Orianne Nouailhac

A ne pas manquer

- Dans l'Hôtel Mont Blanc voisin, appartenant également aux Sibuet, le restaurant Les Enfants Terribles, illustrant les années Cocteau
- Au SPA, des soins natures dans un cadre absolument magnifique.
- Un déjeuner au restaurant d'altitude avec la vue imprenable sur les cimes.

Bon et bio !

Laissez-vous tenter par une nouvelle galette savoureuse cuisinée avec du Tofou frais, des céréales et des haricots de mer, délicatement associés à du safran.

Algue brune reconnue pour son goût subtil, le haricot de mer associé au safran apporte au Croque'Tofou Haricots de mer et safran toutes les saveurs d'une gastronomie originale !

Cette galette bio et 100% végétale présente de grandes qualités nutritionnelles :

- Riche en protéines végétales de qualité comparable à celles de la viande,
- Source d'acides gras Oméga-3, de fibres et de minéraux (calcium et magnésium).

Particulièrement adaptés à notre vie moderne, les Croque' Tofou sont prêts à l'emploi : à réchauffer simplement à la poêle 3 minutes de chaque côté et à accompagner d'une salade ou de légumes de saison pour un repas complet et équilibré !

Des Croque'Tofou pour tous les goûts !

A découvrir dans votre magasin d'alimentation biologique : Croque'Tofou Provençale, Algues, Champignons, Basquaise, Olives. **Recettes sans blé** : Haricots de mer et safran, Comté, Ail et fines herbes, Shitaké/Gingembre, Curry et Pavot.

FILIÈRE SOJA
NON OGM
ORIGINE FRANCE

Un engagement constant depuis plus de 25 ans :

Soja biologique 100% français cultivé dans le sud-ouest de la France (Haute-Garonne, Tarn, Gers...) en partenariat avec plus de 200 agriculteurs biologiques.

CAFÉINE Studio

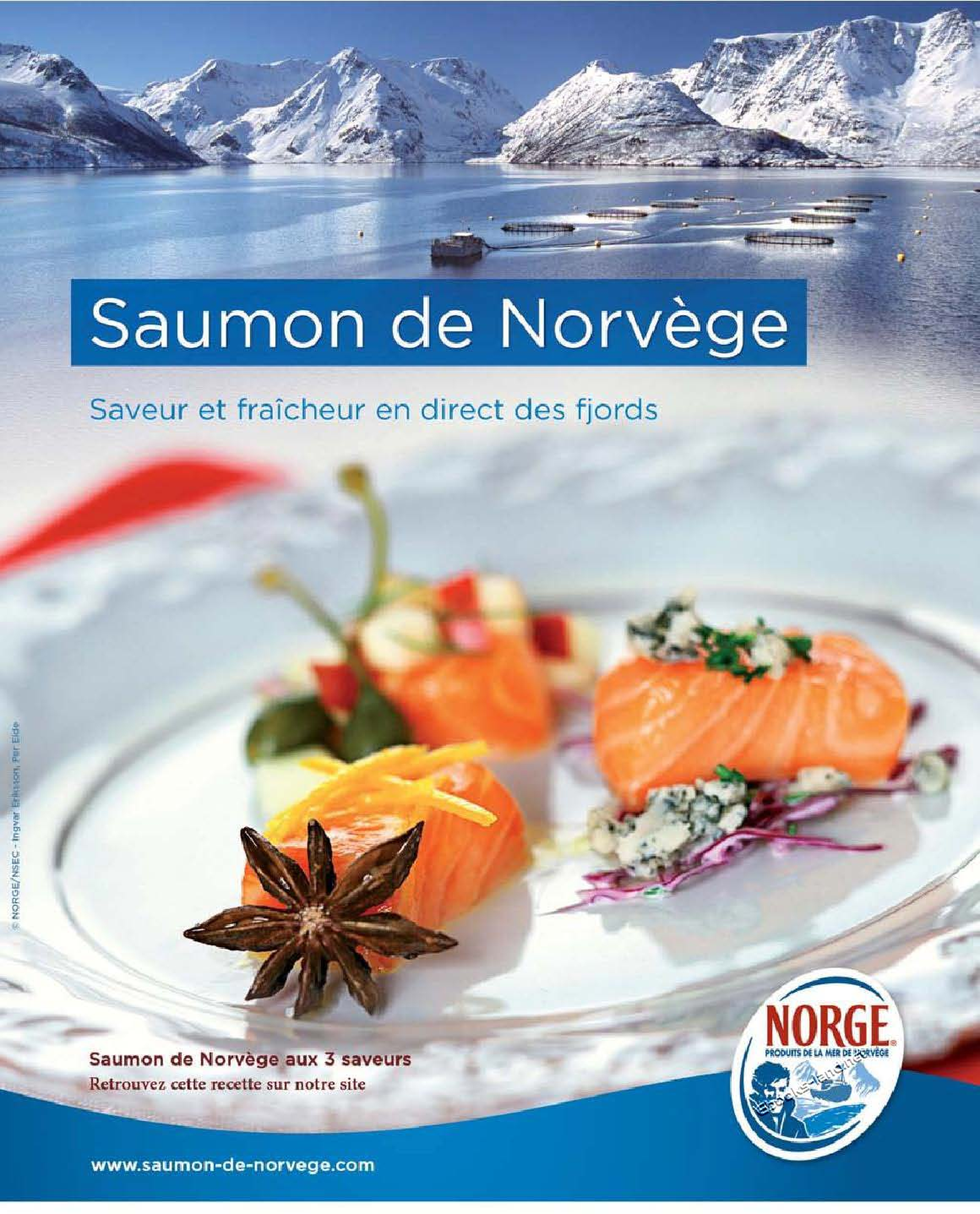
AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

L'alternative végétale

Faut-il être végétarien ?

Claude Aubert nous livre quelques pistes de réflexions pour répondre à cette question qui concerne notre santé et celle de notre planète. Pour gagner le livre "Faut-il être végétarien?", rendez-vous dans les magasins bio participant à l'opération ou sur www.soy.fr

NUTRITION & SOJA - Chemin de l'Horte - 31 250 REVEL



Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. www.mangerbouger.fr